La grosse laide

Texte et illustrations
de Marie-Noëlle Hébert

La grosse laide

Catalogage avant publication de Bibliothèque et Archives nationales du Québec et Bibliothèque et Archives Canada

Titre : La grosse laide / Marie-Nöelle Hébert.
Noms : Hébert, Marie-Noëlle, auteur, illustrateur.
Collections : Quai nº 5.
Description : 1re édition. | Mention de collection: Quai nº 5
Identifiants : Canadiana (livre imprimé) 20190024550 | Canadiana (livre numérique) 20190024569 | ISBN 9782897722043 | ISBN 9782897722050 (PDF) | ISBN 9782897722067 (EPUB)
Vedettes-matière : RVMGF : Romans graphiques
Classification : LCC PN6734.G765 H43 2019 | CDD 741.5/9714—dc23

Les Éditions XYZ bénéficient du soutien financier du gouvernement du Québec par l'entremise du programme de crédit d'impôt pour l'édition de livres et de la Société de développement des entreprises culturelles du Québec (SODEC). L'éditeur remercie également le Conseil des arts du Canada de l'aide accordée à son programme de publication.

Financé par le gouvernement du Canada | Canada

Édition : Tristan Malavoy-Racine
Texte et illustrations : Marie-Noëlle Hébert
Révision linguistique : Sophie Marcotte
Conseiller artistique : Jimmy Beaulieu

Copyright © 2019, Les Éditions XYZ inc.

ISBN version imprimée : 978-2-89772-204-3
ISBN version numérique (PDF) : 978-2-89772-205-0

Dépôt légal : 4e trimestre 2019
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
Bibliothèque et Archives Canada

Diffusion/distribution au Canada :
Distribution HMH
1815, avenue De Lorimier
Montréal (Québec) H2K 3W6
www.distributionhmh.com

Diffusion/distribution en Europe :
Librairie du Québec/DNM
30, rue Gay-Lussac
75005 Paris, FRANCE
www.librairieduquebec.fr

Imprimé en Chine

quaino5.com

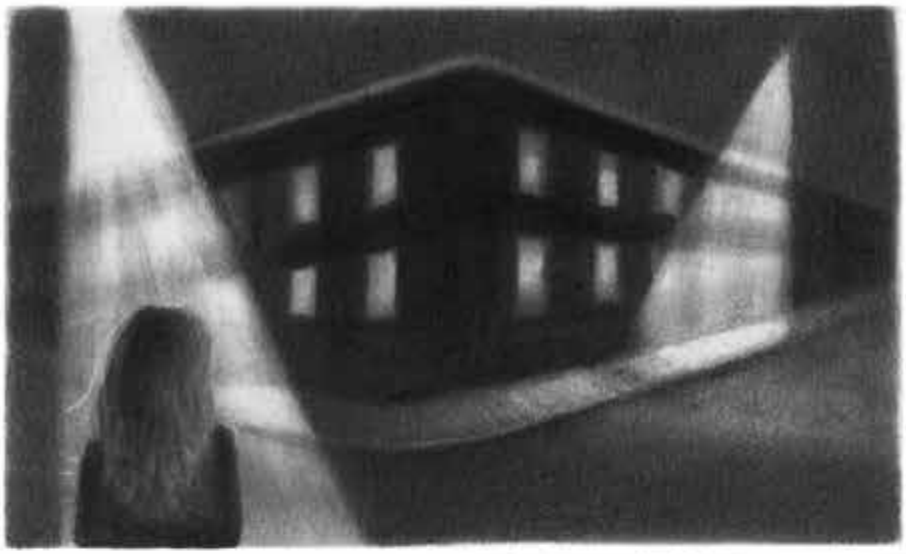
La grosse laide

Texte et illustrations
de Marie-Noëlle Hébert

Pour Maeva.

Ça va être tout, mademoiselle ?

Oui, merci.

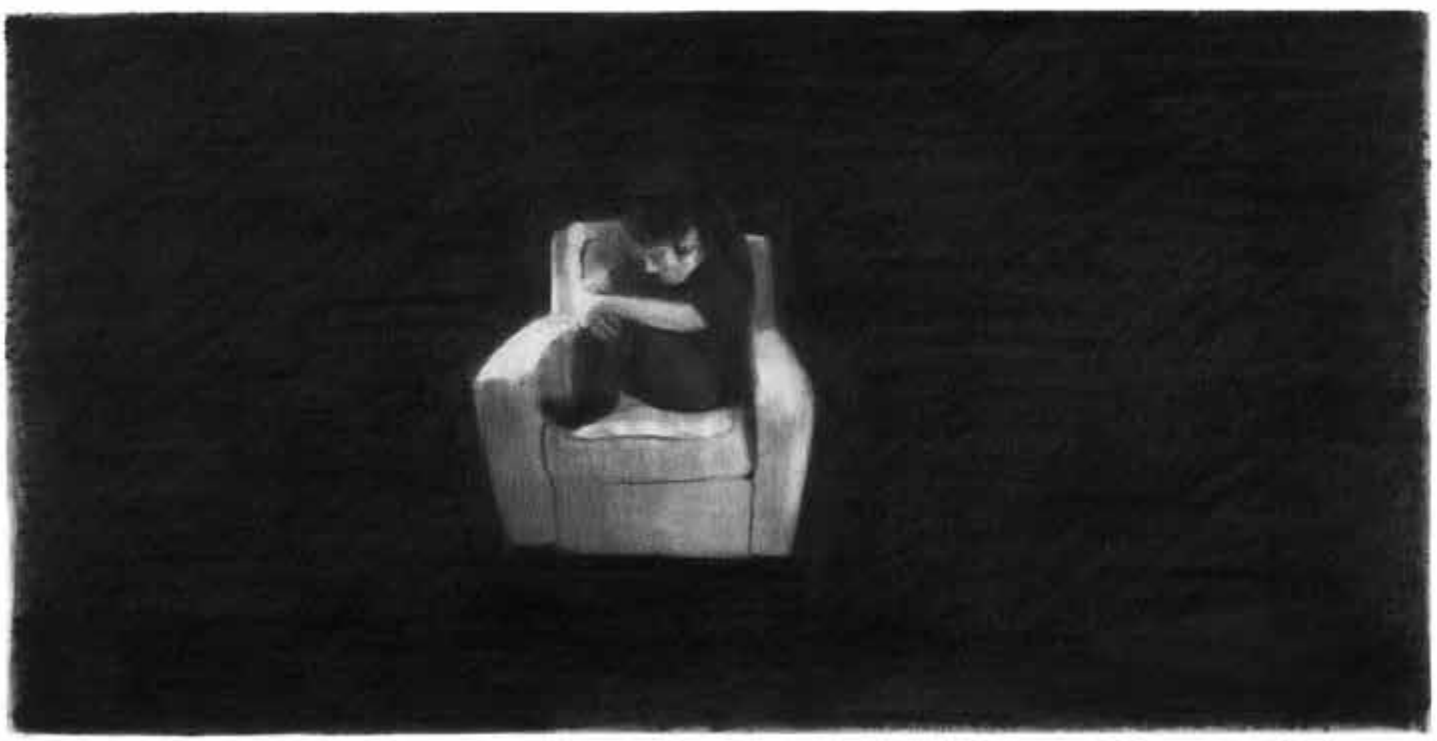


20 ans.
J'habite toute seule dans un grand appartement.
Les murs sont couverts de cadres, de photos. De souvenirs.
Mais c'est quand même vide.

Une chance qu'il y a Ganache.

J'ai mangé tout le sac de chips et je l'ai jeté le plus vite possible.
Personne ne m'a vue, personne ne peut m'accuser.
J'ai mal au ventre.

GROSSE !
GROSSE !
GROSSE !



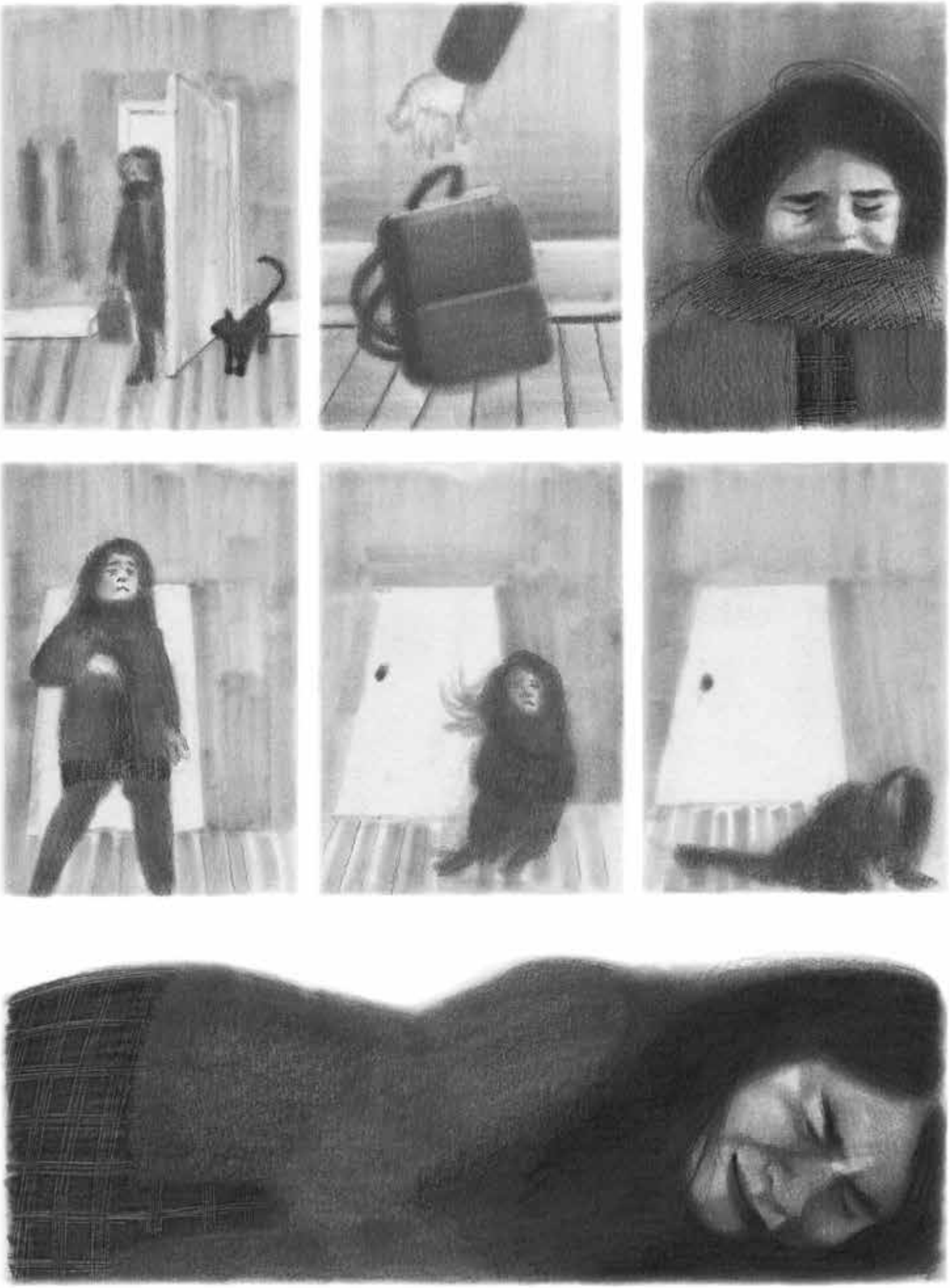
Allo maman.

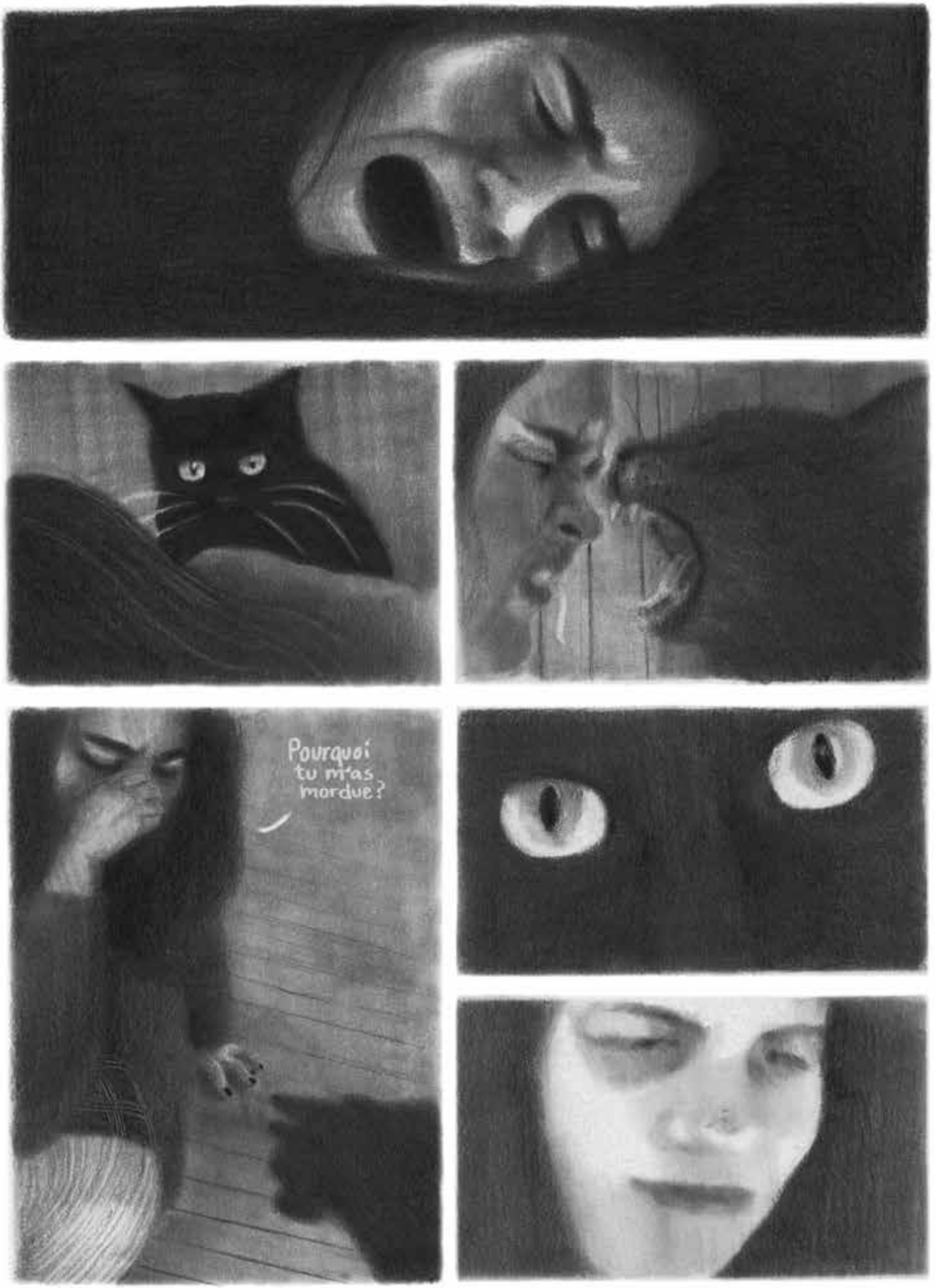
J'vais pas
vraiment bien.

J'ai comme
une pression
dans la poitrine.

- Mais...
bois-tu
assez
d'eau ?

J'pense que
j'vais te
laisser maman.

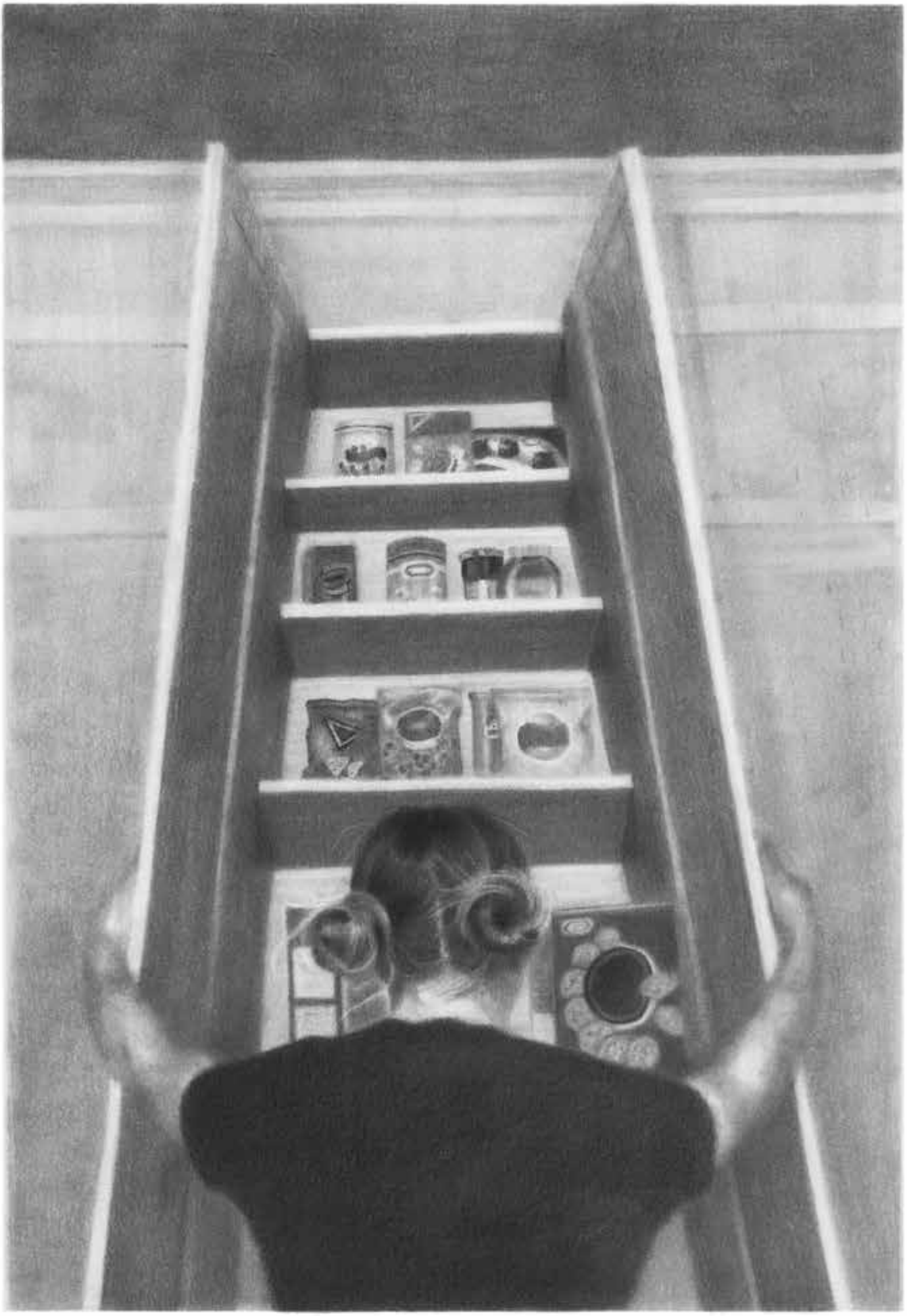



Pourquoi tu m'as mordue?

Montréal,
11 ans.

J'aime pas ta face, toute, tes seins, t'as-tu vu leur forme?
REJECT!

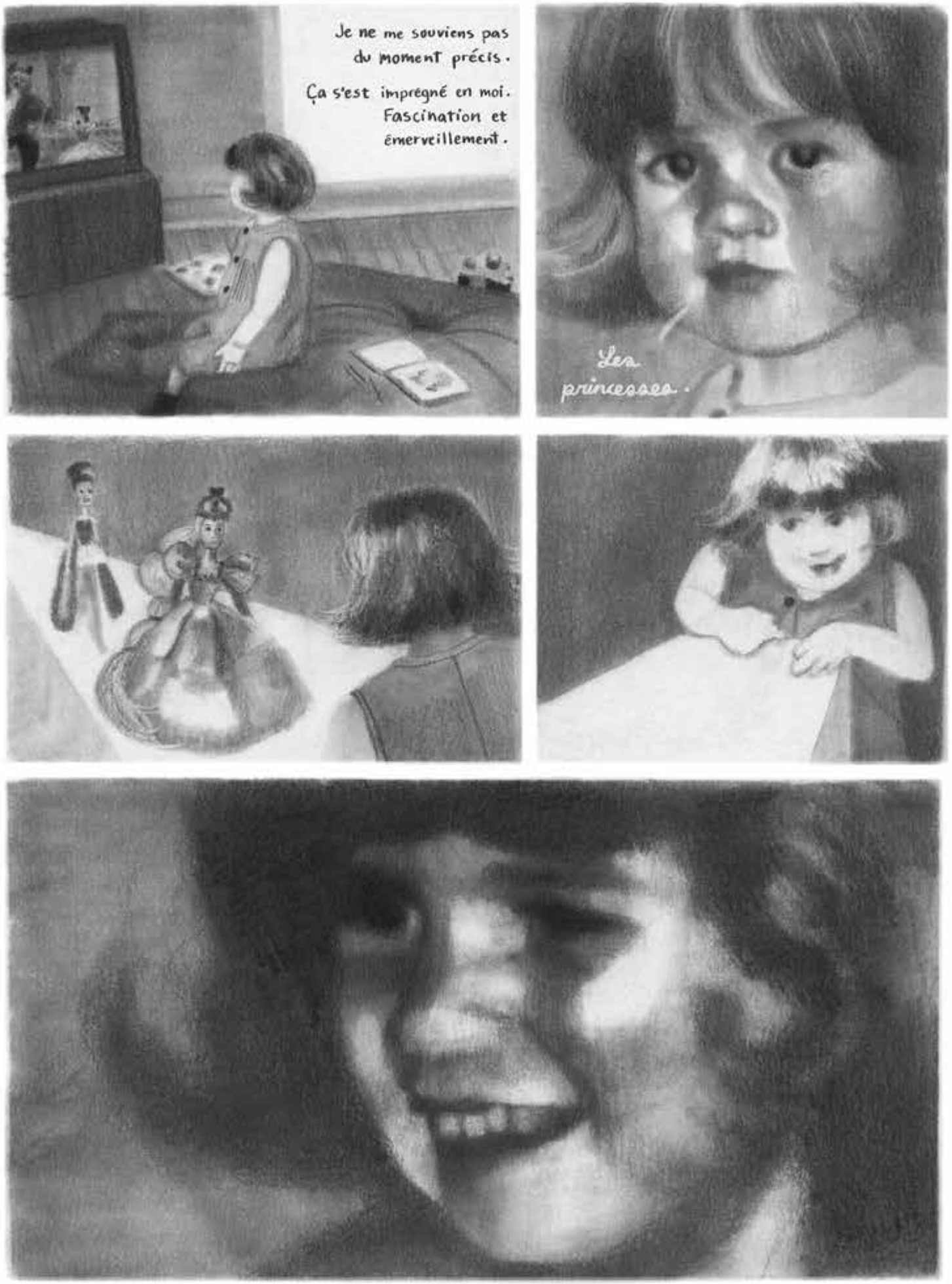
Allo !
Y a
quelqu'un ?

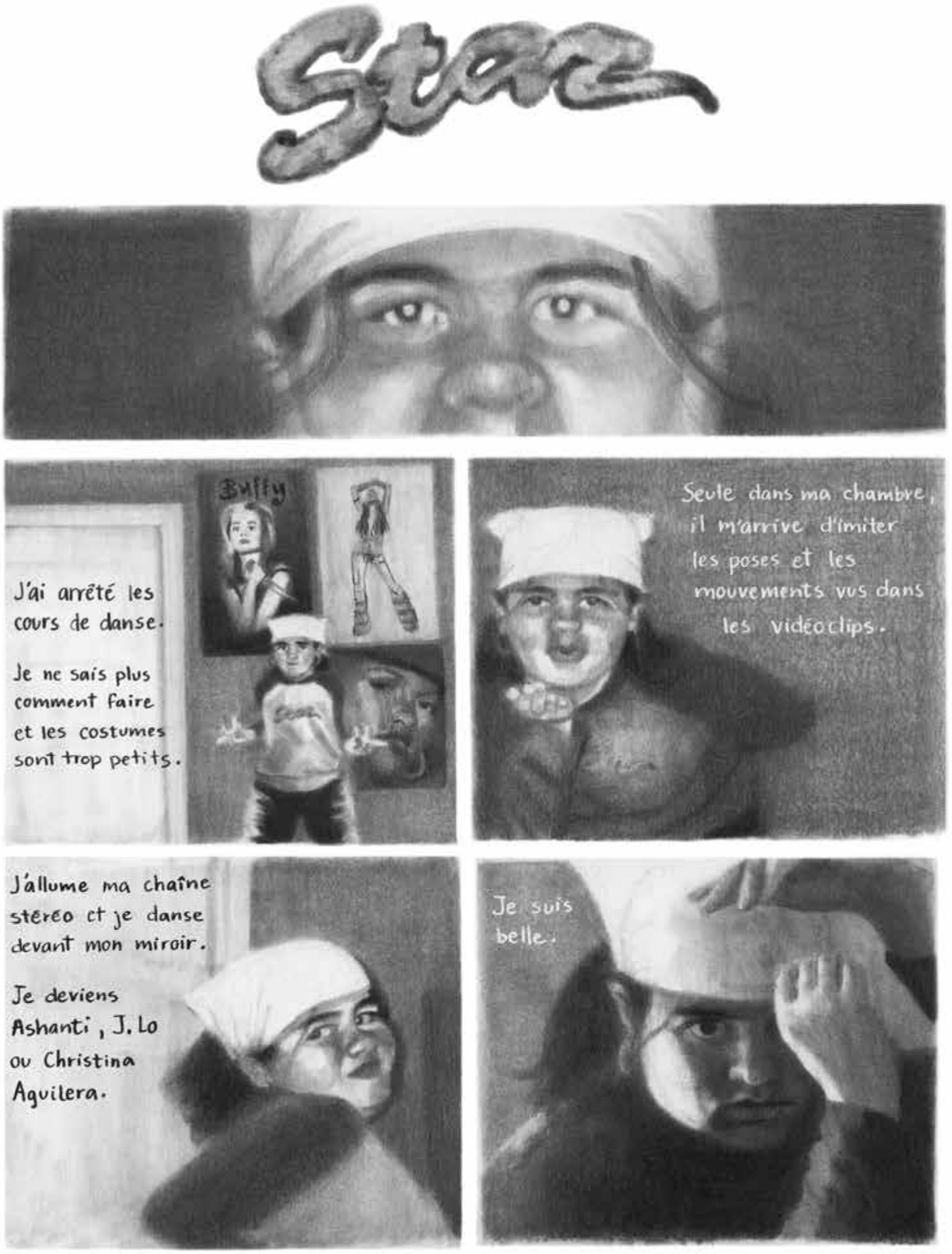


Le goût des chips.
Je ressens un soulagement quand je les avale, une par une, sans m'arrêter.
Je me dépêche, les autres vont bientôt arriver.
Le sac est vide.

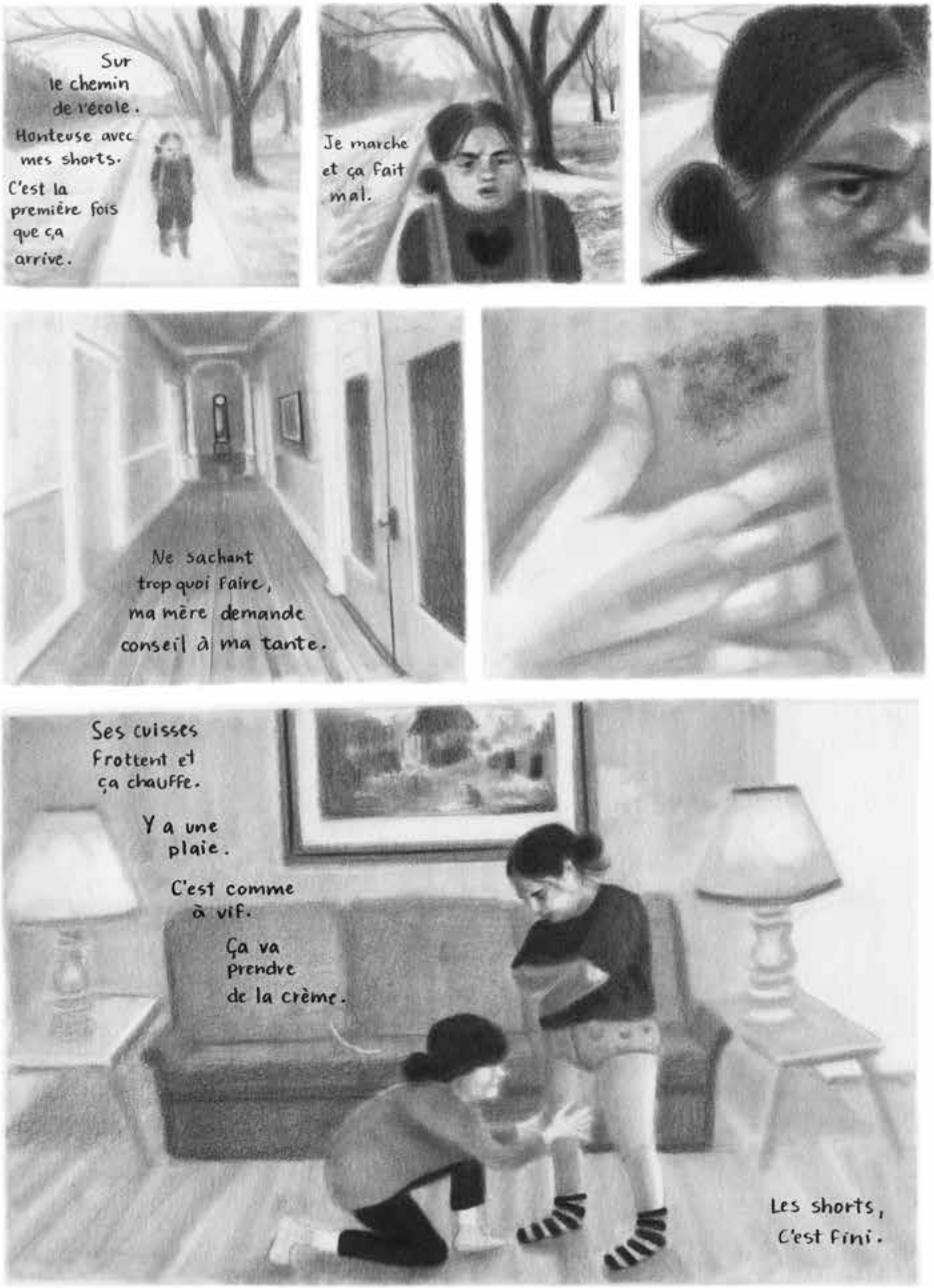
GROSSE!
GROSSE!
GROSSE!

Grosse
cochonne.

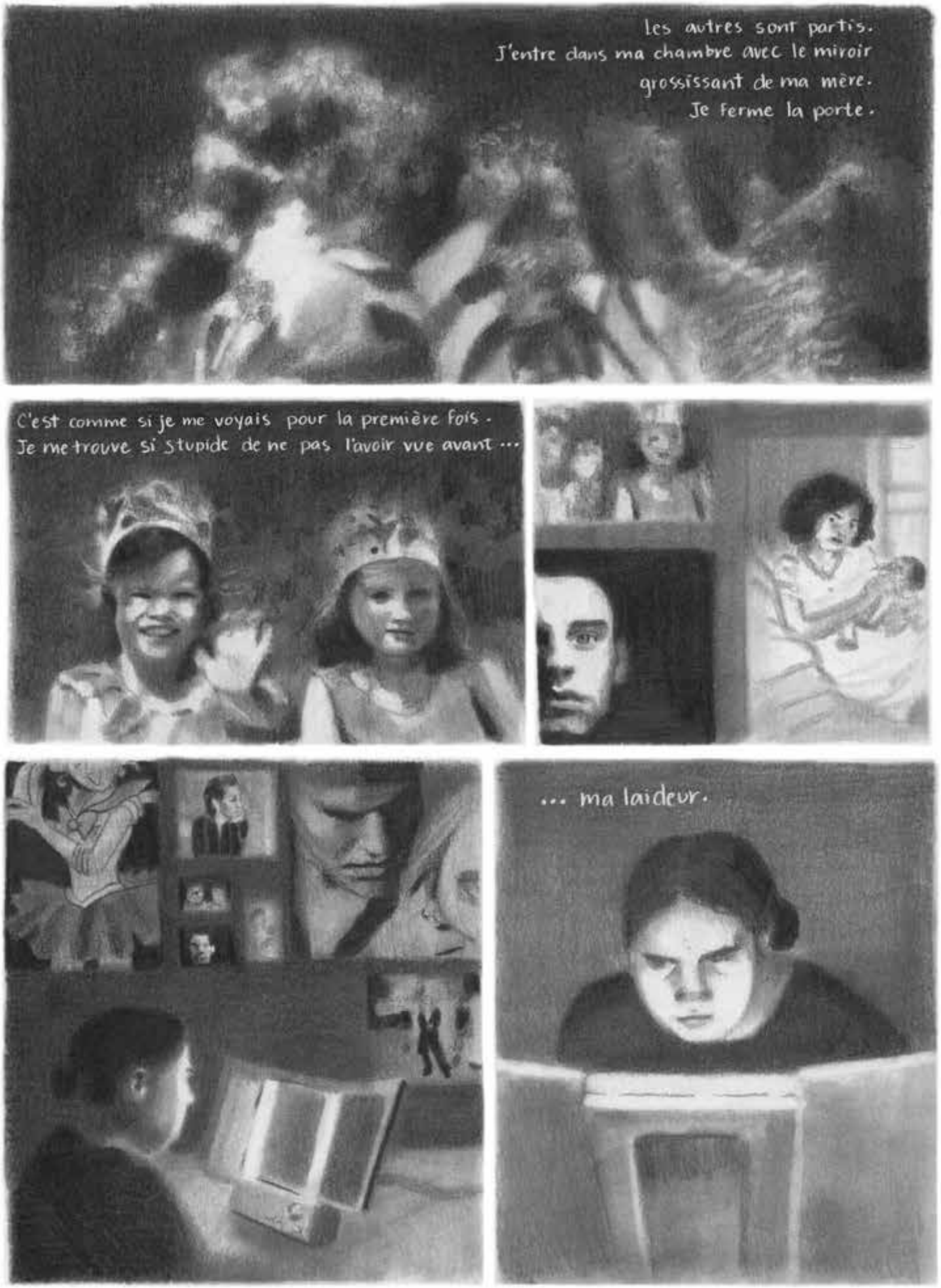

Je ne me souviens pas du moment précis.
Ça s'est imprégné en moi. Fascination et émerveillement.
Les princesses.

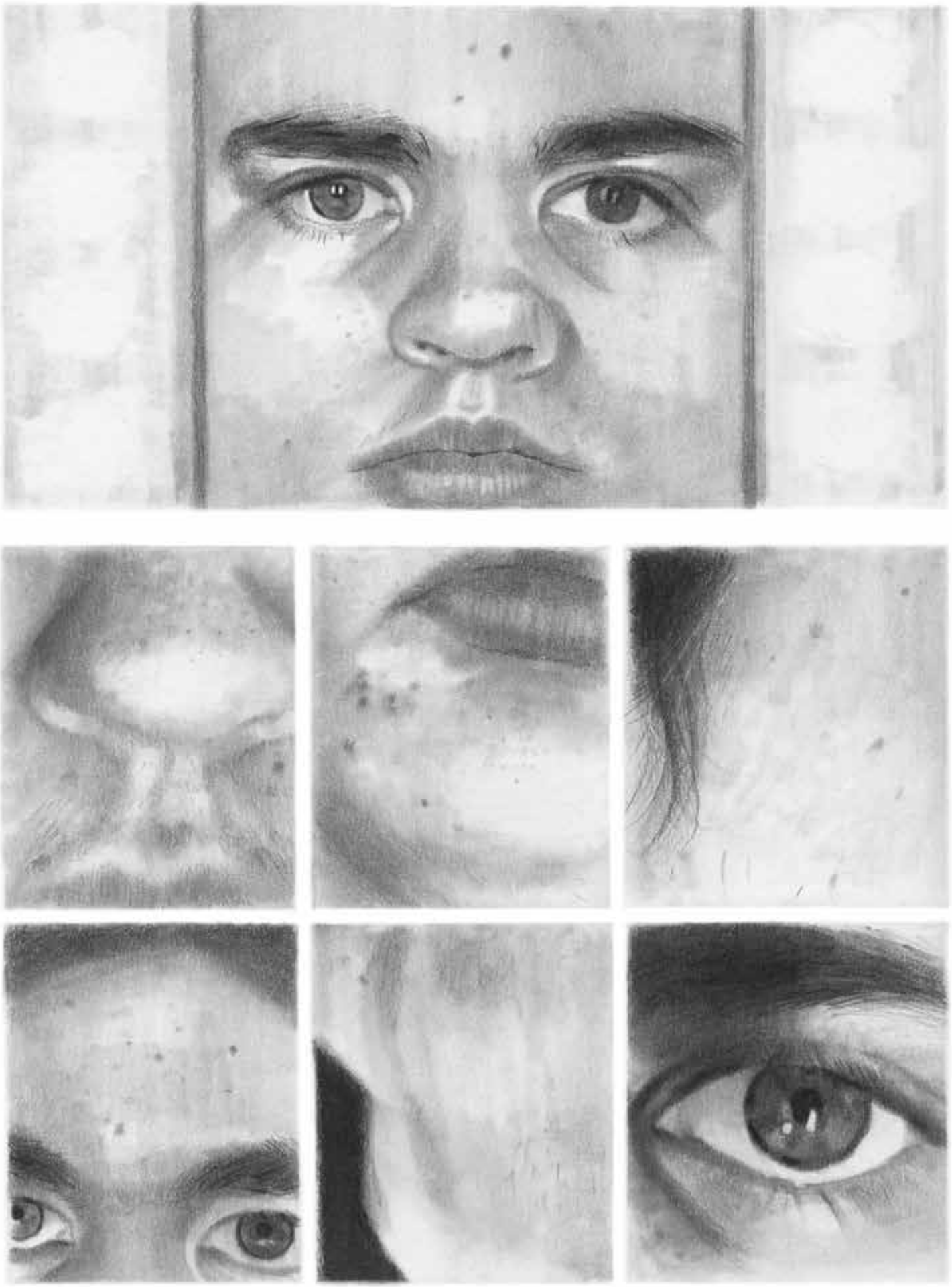

Star
J'ai arrêté les cours de danse.
Je ne sais plus comment faire et les costumes sont trop petits.
Buffy
Seule dans ma chambre, il m'arrive d'imiter les poses et les mouvements vus dans les vidéoclips.
J'allume ma chaîne stéréo et je danse devant mon miroir.
Je deviens Ashanti, J. Lo ou Christina Aguilera.
Je suis belle.

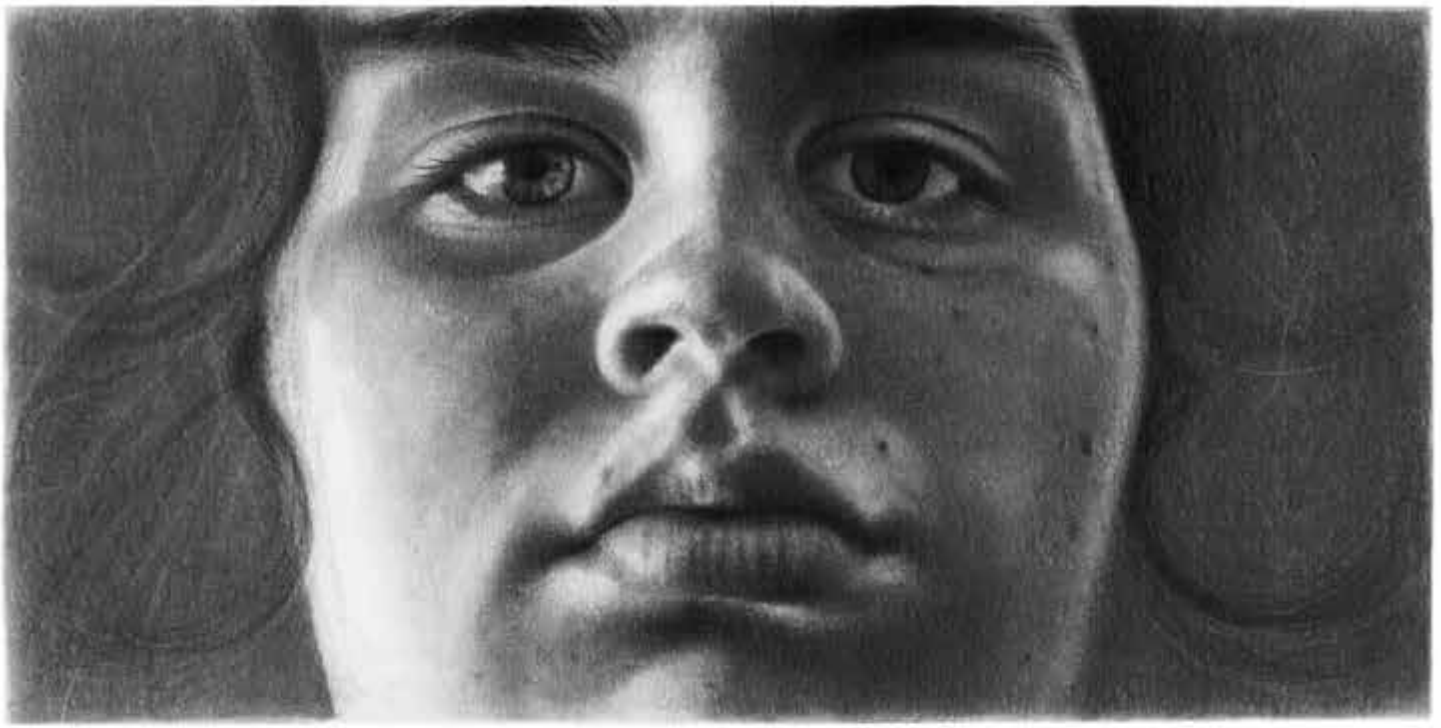
125.7


Sur le chemin de l'école.
Honteuse avec mes shorts.
C'est la première fois que ça arrive.
Je marche et ça fait mal.
Ne sachant trop quoi faire, ma mère demande conseil à ma tante.
Ses cuisses frottent et ça chauffe.
Y a une plaie.
C'est comme à vif.
Ça va prendre de la crème.
Les shorts, c'est fini.

Faudrait qu'elle
s'épile les
sourcils.

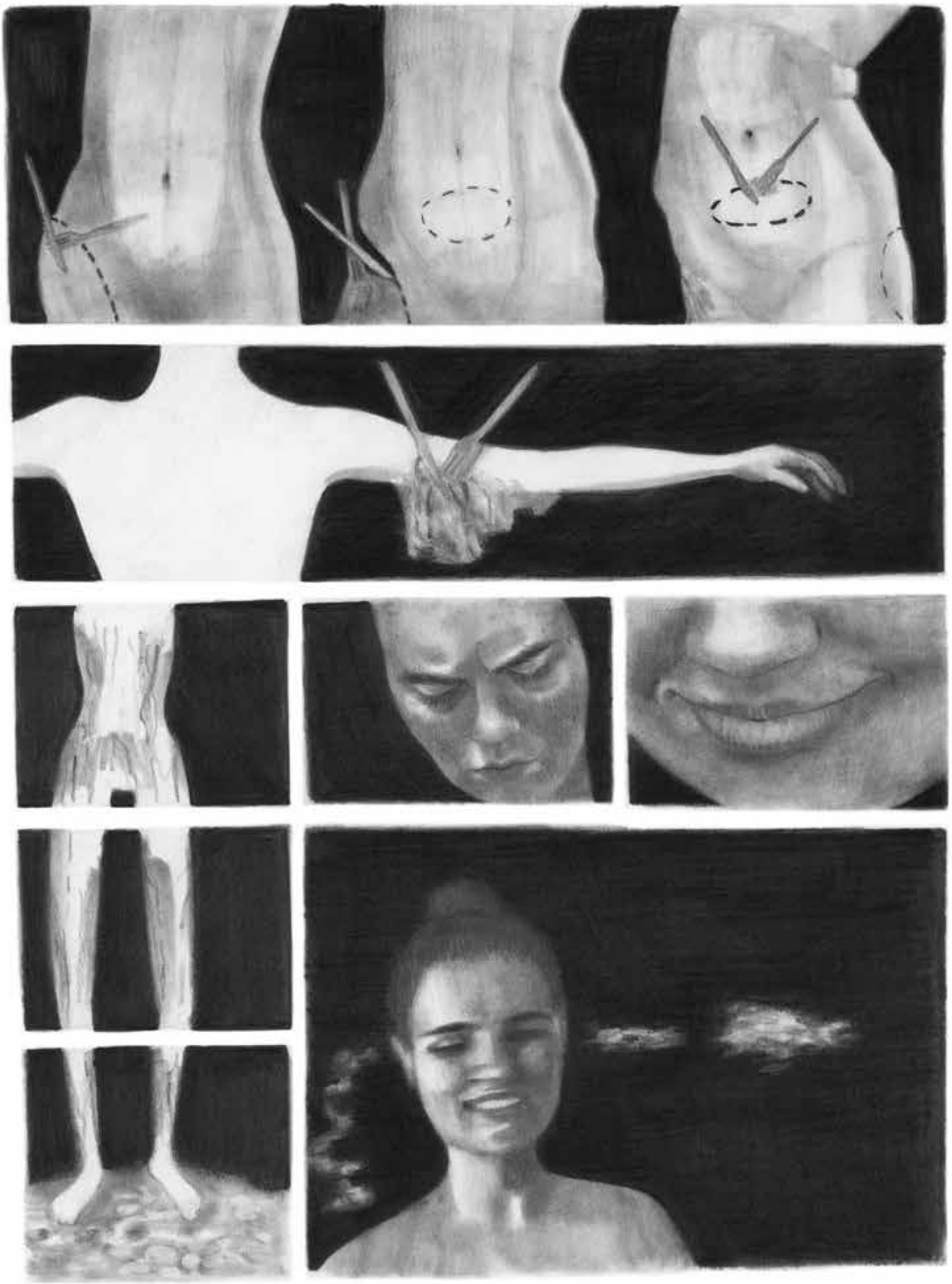

Les autres sont partis.
J'entre dans ma chambre avec le miroir grossissant de ma mère.
Je ferme la porte.
C'est comme si je me voyais pour la première fois.
Je me trouve si stupide de ne pas l'avoir vue avant ...
... ma laideur.

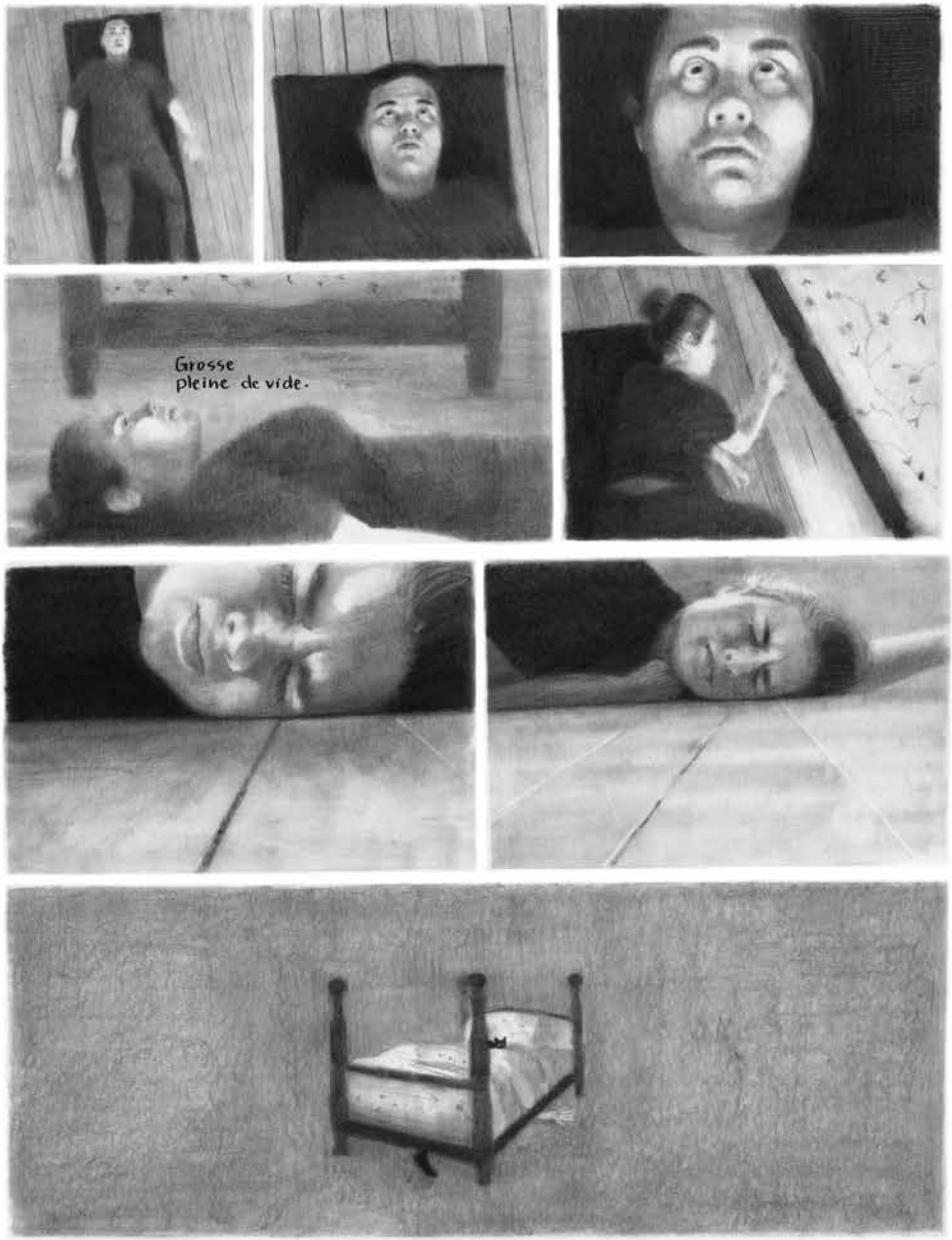


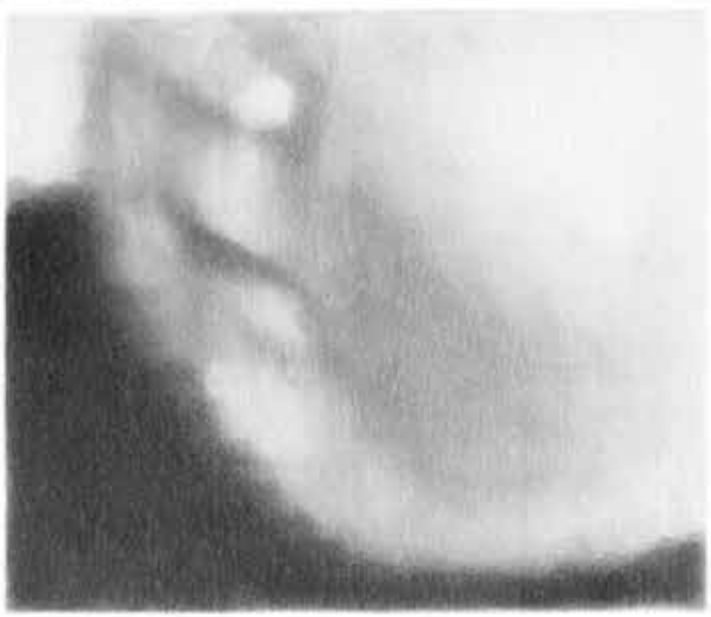


Chaque jour, je m'applique
à dénigrer mon corps morcelé.

J'y excelle.




Grosse
pleine de vide.



Marie-Noëlle Hébert,
née le 18 juin 1990.
Un beau gros bébé.

WHAT A PERFECT DAY!

8 ans. Ma mère m'amène magasiner, car mes vêtements ne me font plus.
Mais le magasinage, j'hai's ça.

Allez, viens.

Elle m'a dit qu'on allait trouver de beaux vêtements chez Sears.
Ça ne paraîtra pas que je m'habille dans le rayon des femmes, maintenant.

Qu'est-ce que tu veux essayer ?
Rien. C'est toute laid.

Pis comment tu te sens dedans ?

J'ai l'air d'une vieille matante.

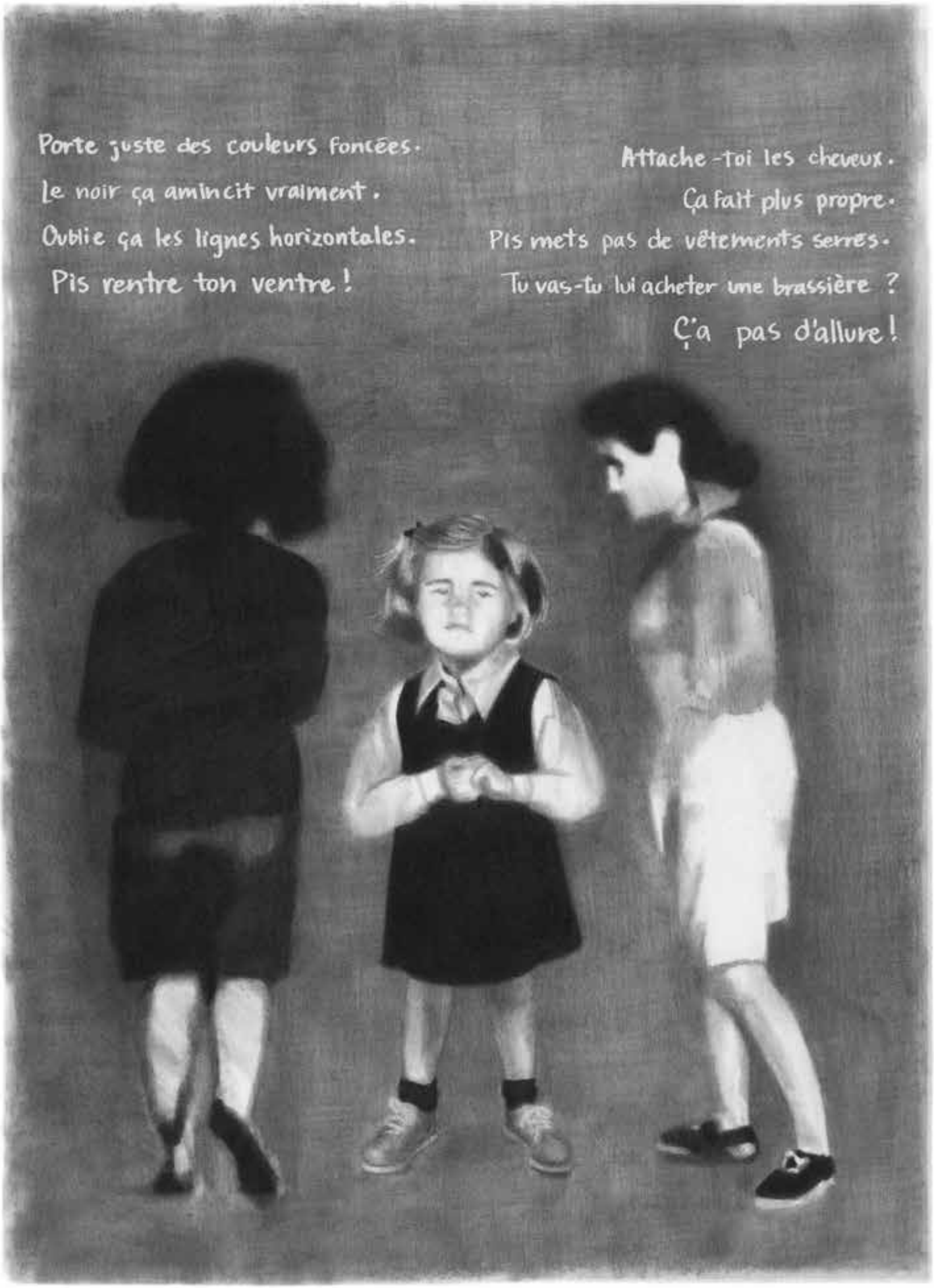
Tiens, essaie ça d'abord.

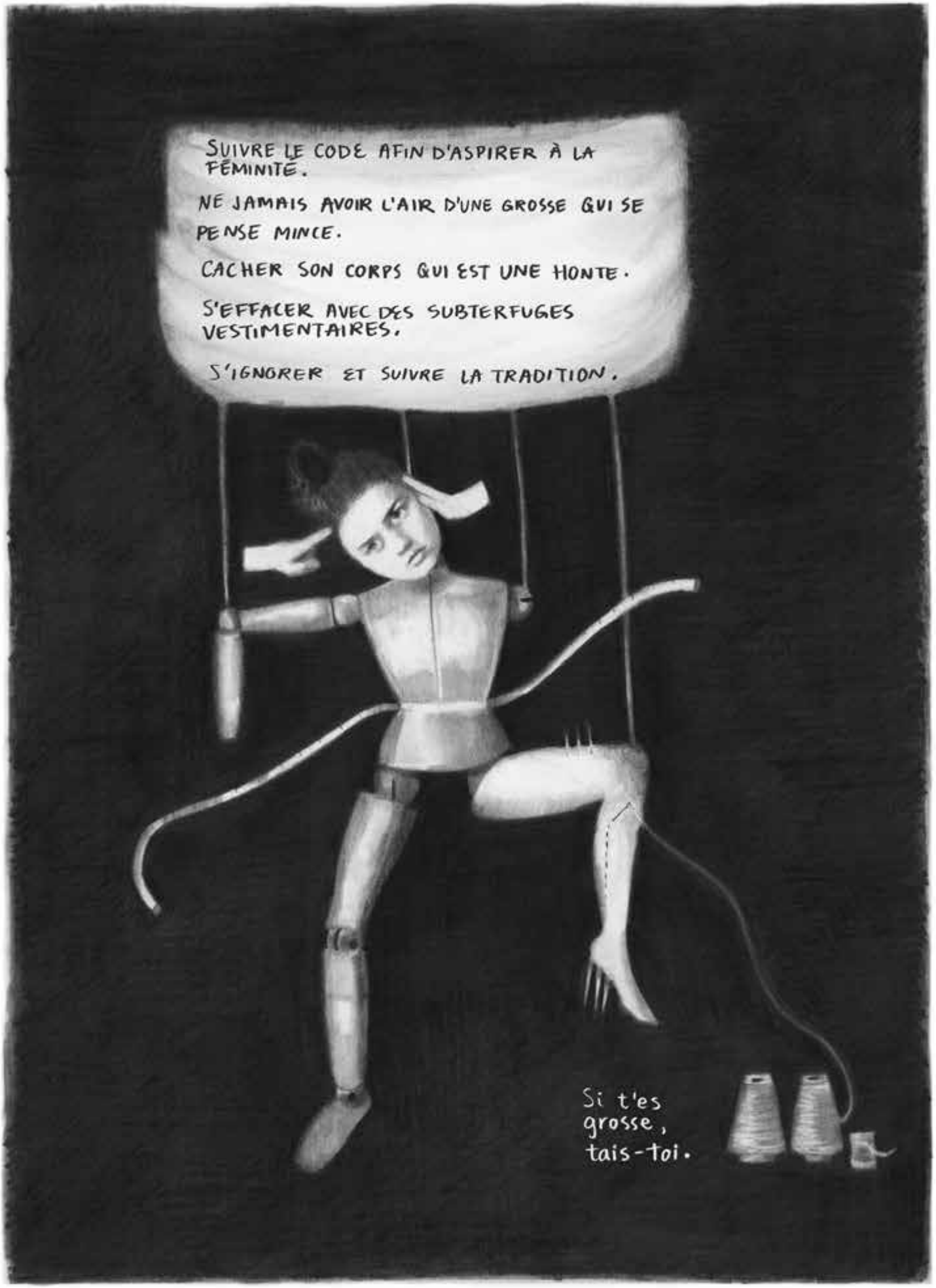
Ça ferme pas

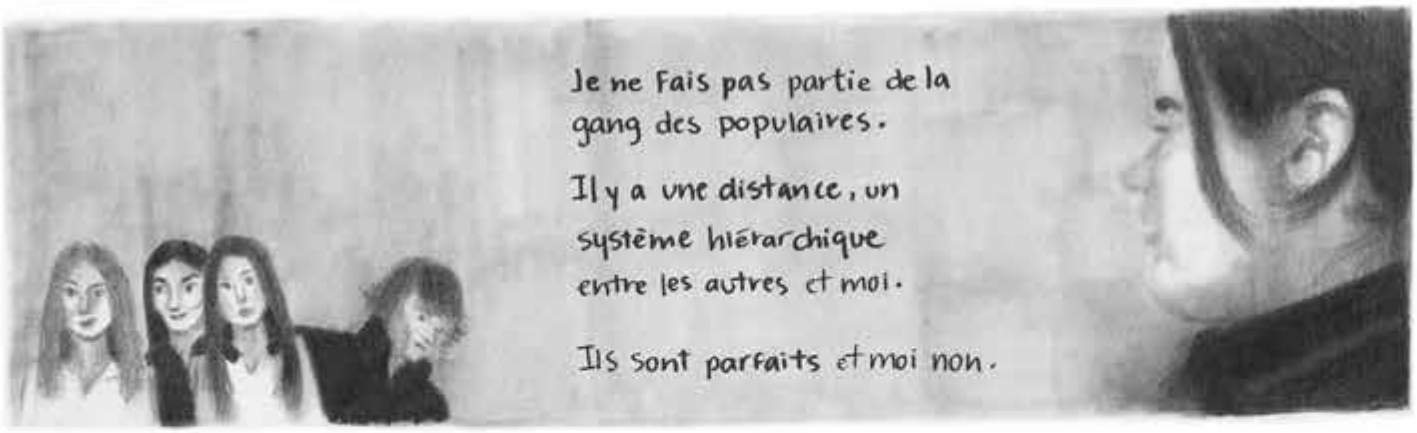
Pis j'suis serrée dedans.

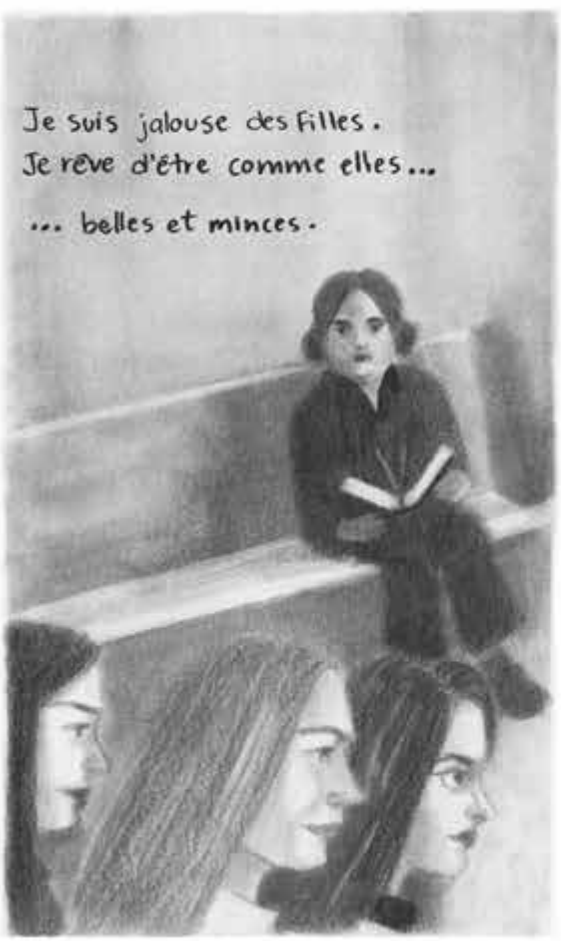
Je te ferai les bords.

J'suis grosse.


Porte juste des couleurs foncées.
Le noir ça amincit vraiment.
Oublie ça les lignes horizontales.
Pis rentre ton ventre !
Attache-toi les cheveux.
Ça fait plus propre.
Pis mets pas de vêtements serrés.
Tu vas-tu lui acheter une brassière ?
Ç'a pas d'allure !


SUIVRE LE CODE AFIN D'ASPIRER À LA FÉMINITÉ.
NE JAMAIS AVOIR L'AIR D'UNE GROSSE QUI SE PENSE MINCE.
CACHER SON CORPS QUI EST UNE HONTE.
S'EFFACER AVEC DES SUBTERFUGES VESTIMENTAIRES.
S'IGNORER ET SUIVRE LA TRADITION.
Si t'es grosse, tais-toi.


Je ne fais pas partie de la gang des populaires.
Il y a une distance, un système hiérarchique entre les autres et moi.
Ils sont parfaits et moi non.


Je suis jalouse des filles.
Je rêve d'être comme elles...
... belles et minces.

M'haïr revient par phase.

Mais haïr les autres...

... est un réflexe constant.

Fuck fuck fuck !
Je suis écoeurer on dirait que
personne ne m'écoute vraiment.
J'ai l'impression d'être une reedject
rien de plus.
Je m'haïs. Grosse épaisse.
Stress Poids Critique
Je voulais maigrir !
J'étais bien il y a un
mois. mais tout vas
mal. Sa me fait chier.

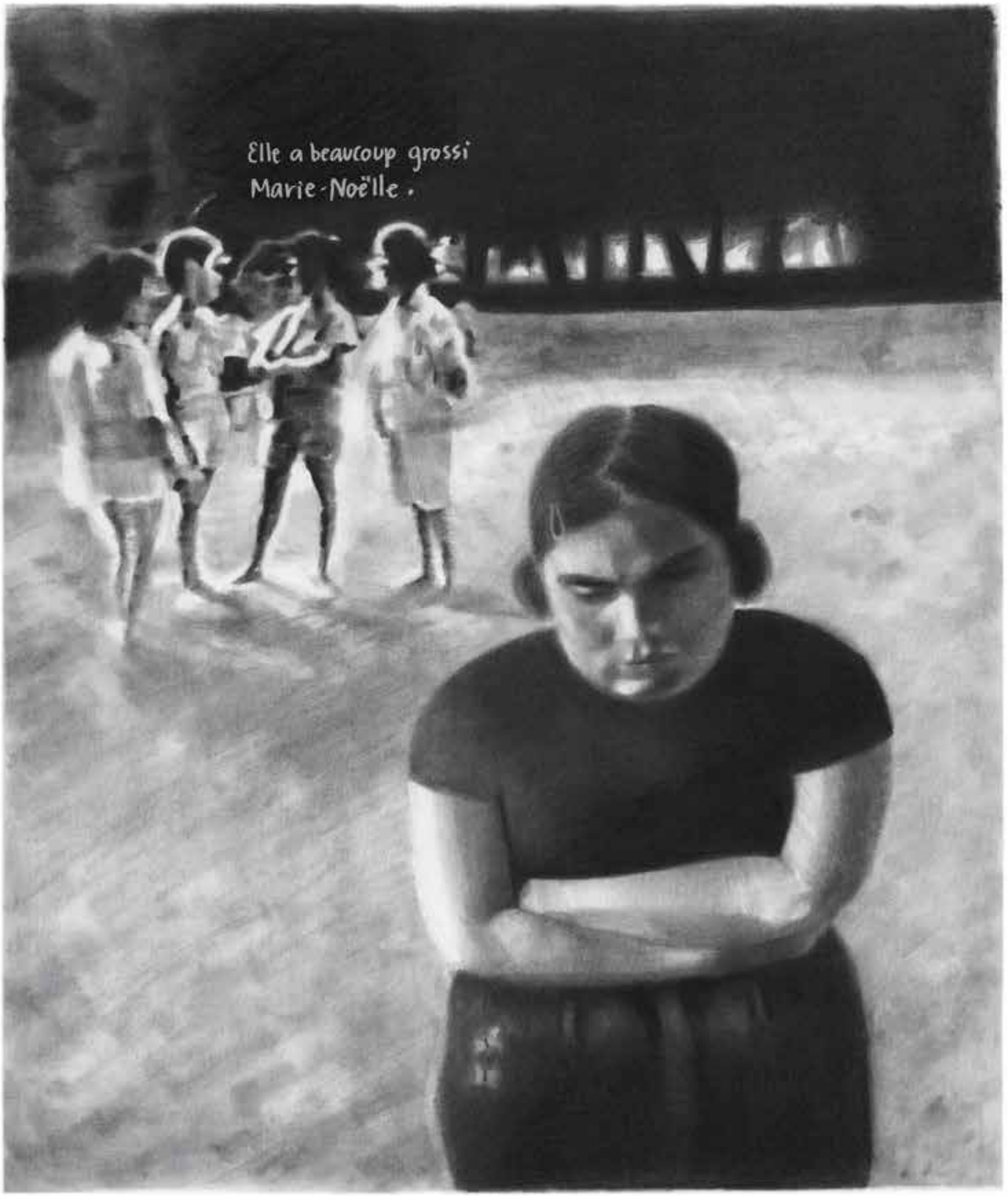
Sois polie
si tu n'es pas jolie.

634

CHECKE
LA
GROSSE!

Allo,
c'est moi!
grosse truie

BANG!
J'T'HAÏS !
J't'hai's.
J't'hais tellement.
J'M'HAÏS
J'M'HAÏS
J'M'HAÏS


Elle a beaucoup grossi
Marie-Noëlle .

Je suis allergique
à ma mère.

Son amour, sa nouvelle
tendresse, c'est insupportable.

Allo
ma belle !
Allo.

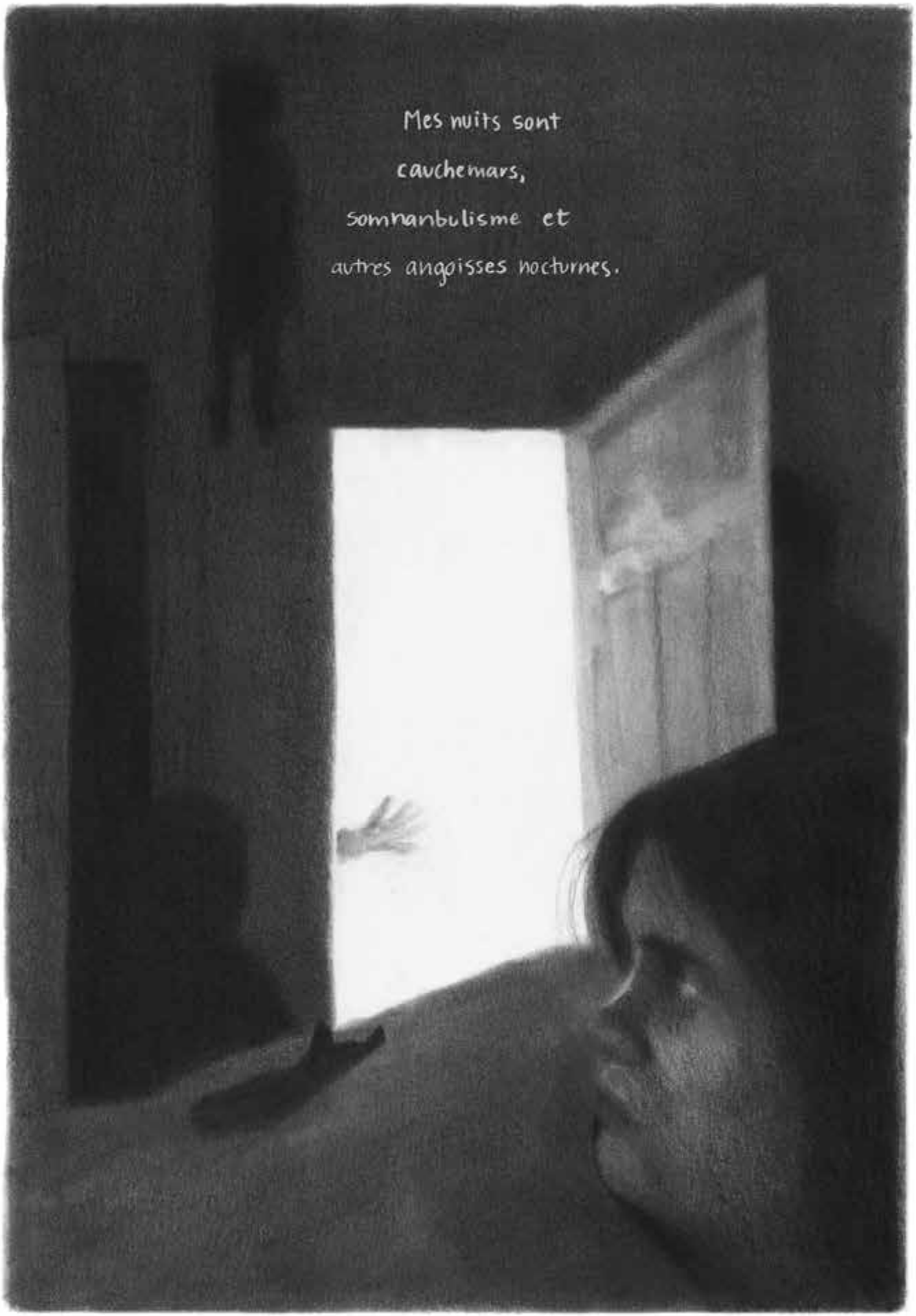
J'arrête pas de pleurer ces temps-ci.

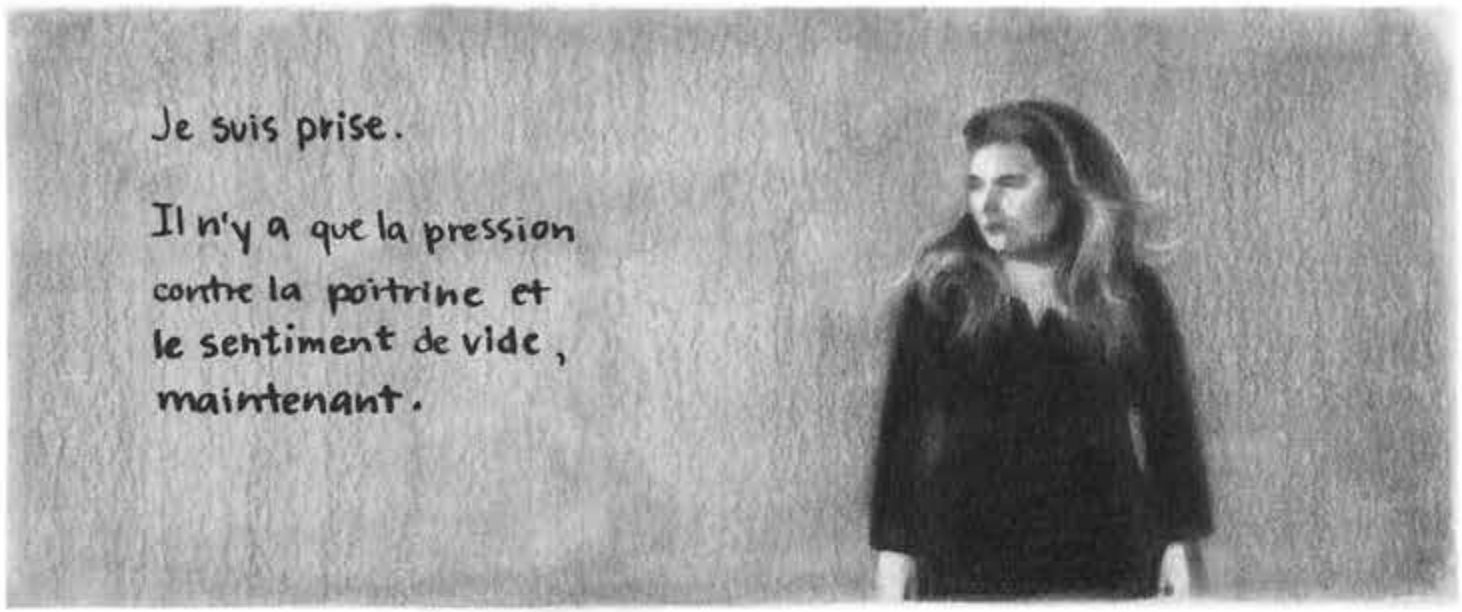
Je suis tellement fatiguée...

...d'être toute seule. De pas avoir de chum.

Des fois j'ai de la misère à respirer.

Mais ça devrait aller mieux bientôt !
Inquiète-toi pas !
C'pas si grave...


Mes nuits sont
cauchemars,
somnanbulisme et
autres angoisses nocturnes.


Je suis prise.
Il n'y a que la pression contre la poitrine et le sentiment de vide, maintenant.

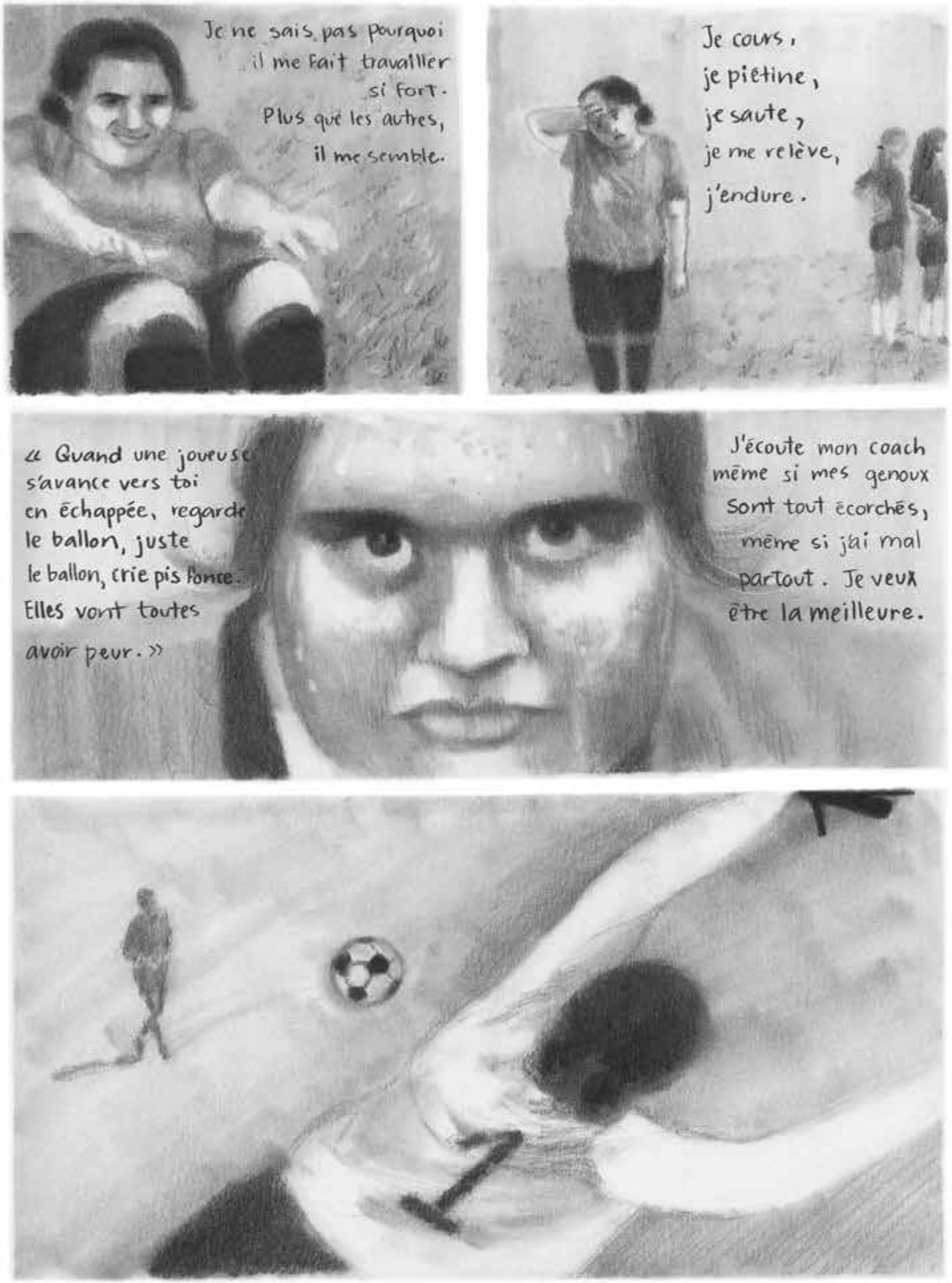
Je veux juste tout arrêter.

Comme à chaque année,
mes parents m'ont obligée à
m'inscrire au soccer.
Je n'aime pas vraiment ça.

Mon manque
de talent.
Les uniformes
trop étroits.
Les filles cool.

On me met toujours dans les buts.
Sûrement parce que je ne cours pas vite
et que j'occupe beaucoup d'espace.
On a un nouvel entraîneur cet été.
Il semble avoir de l'ambition pour notre équipe.

Vous allez
courir cet été
les filles.


Je ne sais pas pourquoi il me fait travailler si fort. Plus que les autres, il me semble.
Je cours, je pietine, je saute, je me relève, j'endure.
« Quand une joueuse s'avance vers toi en échappée, regarde le ballon, juste le ballon, crie pis fonce. Elles vont toutes avoir peur. »
J'écoute mon coach même si mes genoux sont tout écorchés, même si j'ai mal partout. Je veux être la meilleure.

Comme t'as maigri ! T'es belle.

Tout le monde me dit que j'ai fondu.

On encense le travail que j'ai fait pour changer.

Continue comme ça !

La saison de soccer est terminée.
C'est la rentrée scolaire.

Je n'ai plus ma source d'amaigrissement.

Je commence à ne plus me regarder nue.

Sous la douche je ne tourne jamais ma tête vers le bas. J'ai peur de voir que j'ai grossi.

Pour la première fois de ma vie, j'angoisse à l'idée de reprendre le poids perdu.

Je ne sais pas à qui en parler.

Je vais voir ma prof d'éducation physique. Je lui parle de ma peur de ne plus faire de sport. De grossir.

Elle me propose de m'inscrire au club de jogging et me donne rendez-vous à 7h.
BON ! Ça va aller ?

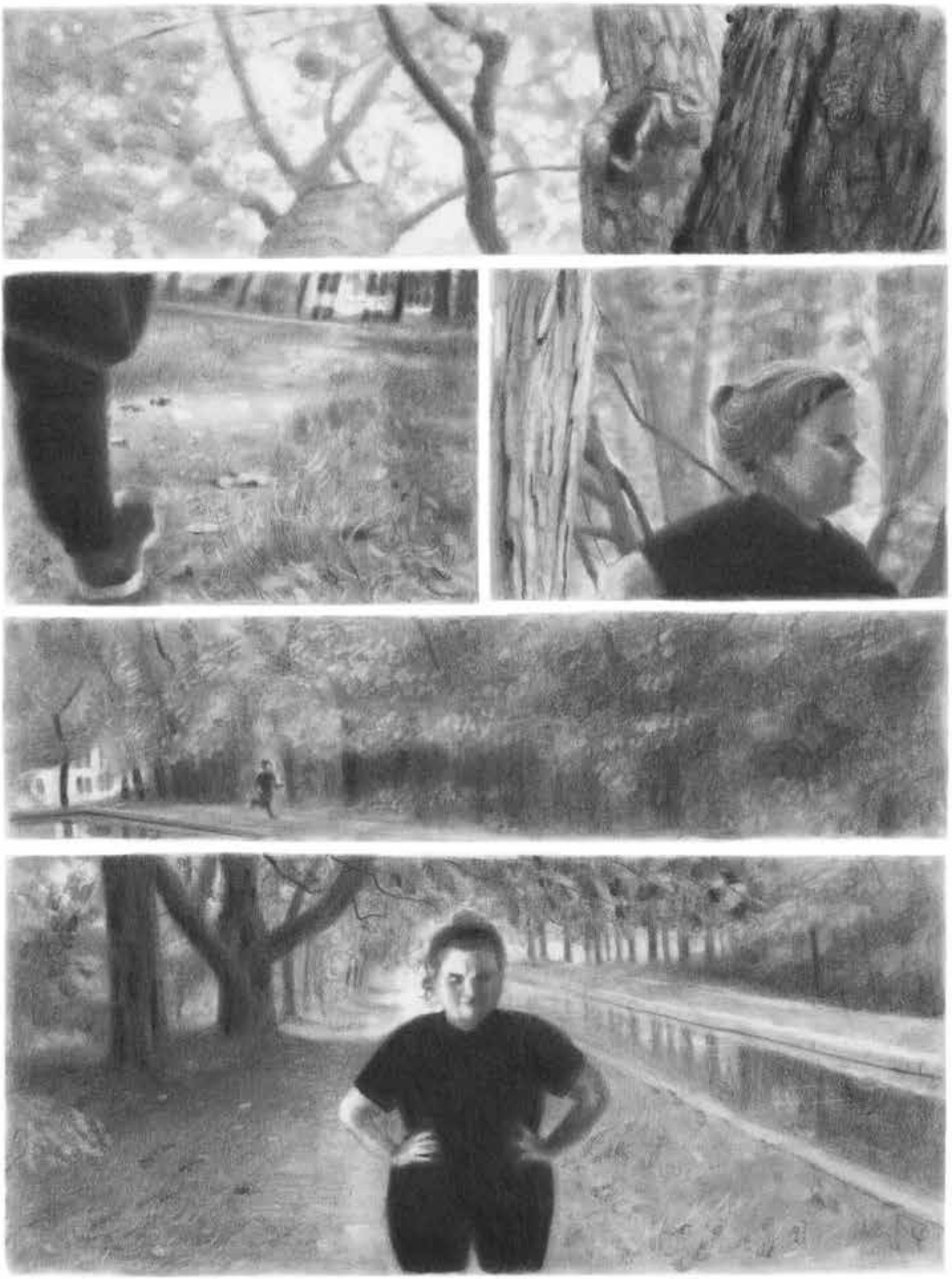
Je pense que oui.

En position !

20 minutes top chrono !

PFF

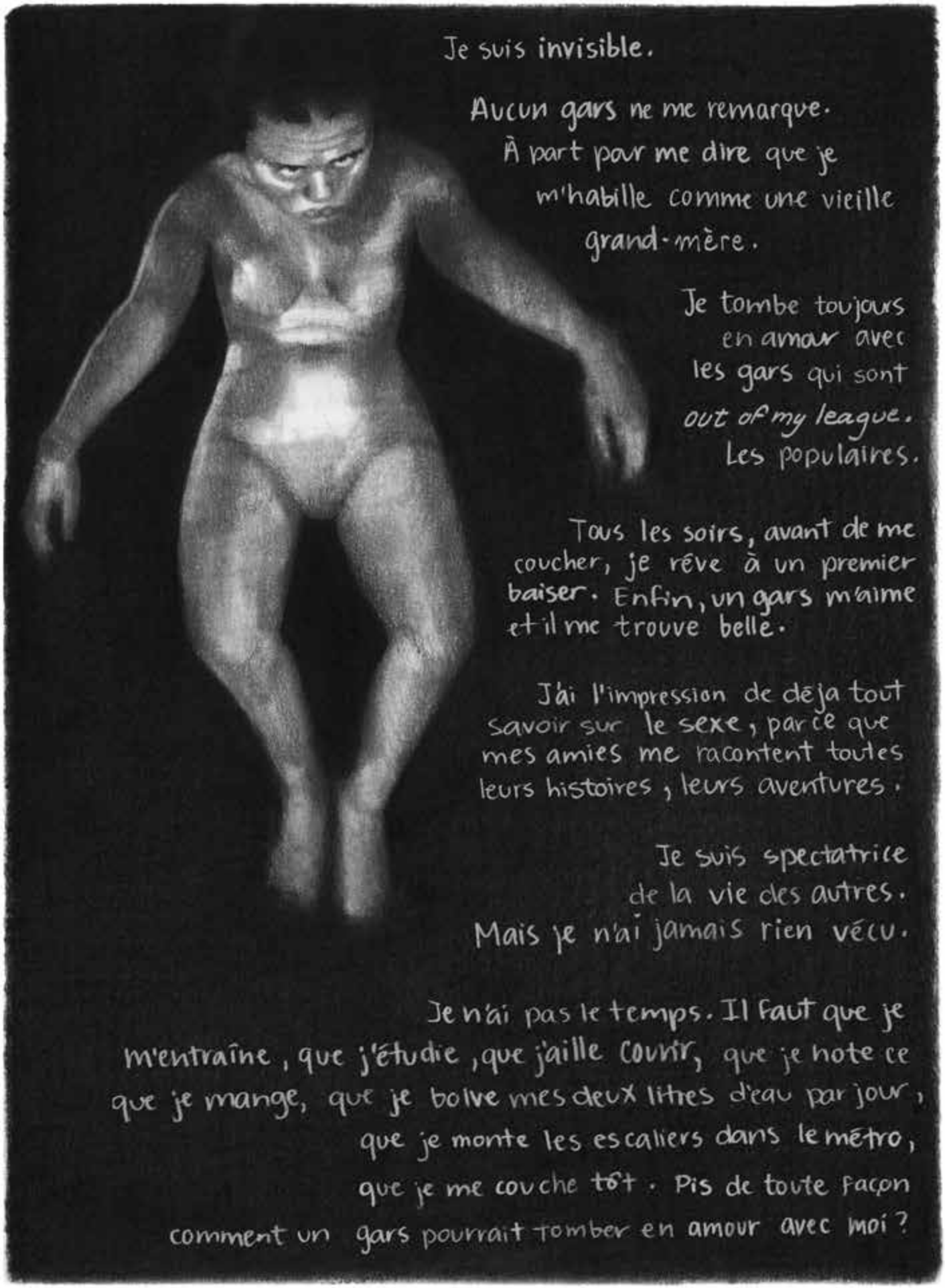
Allez Marie Noëlle !

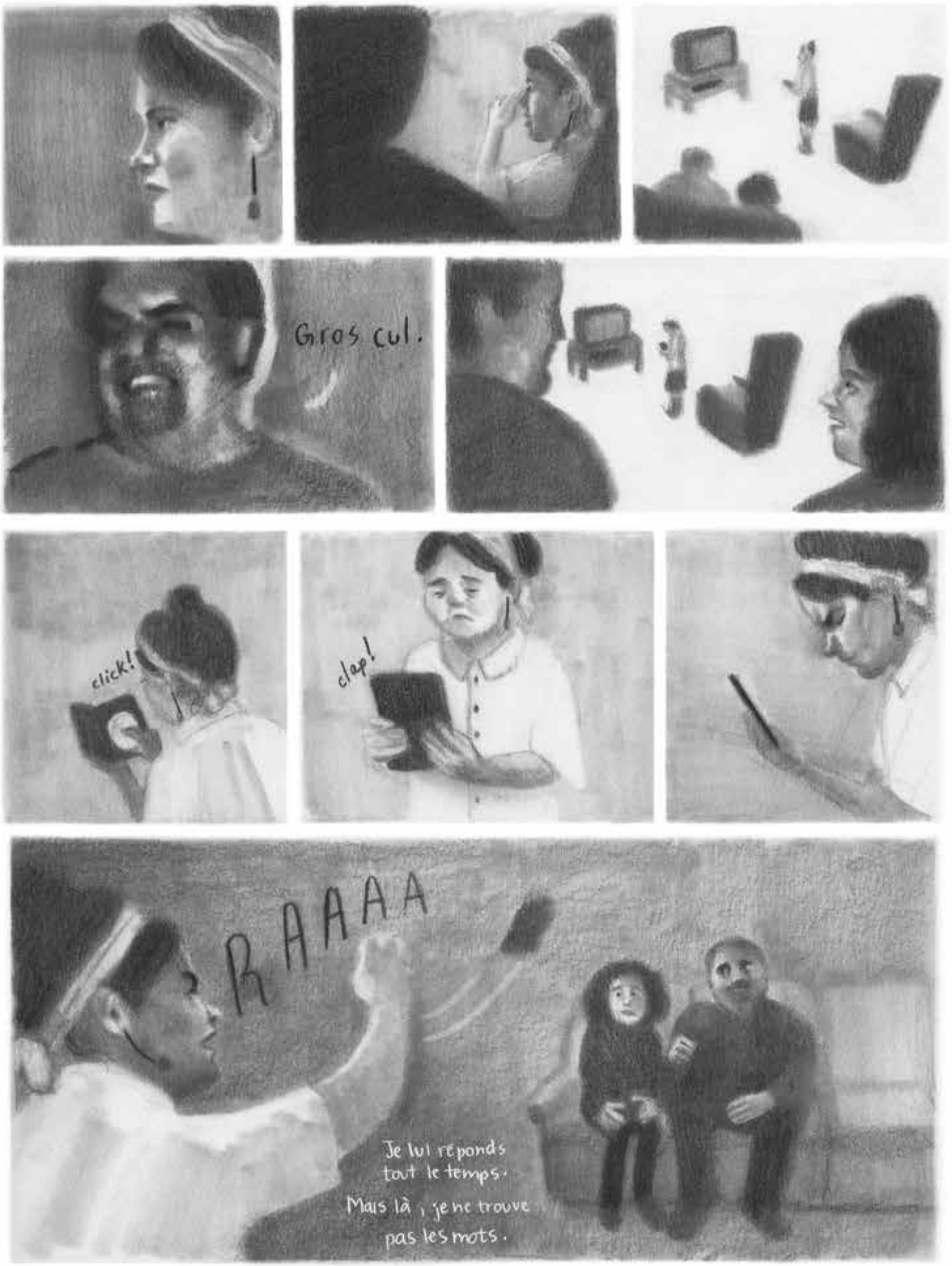


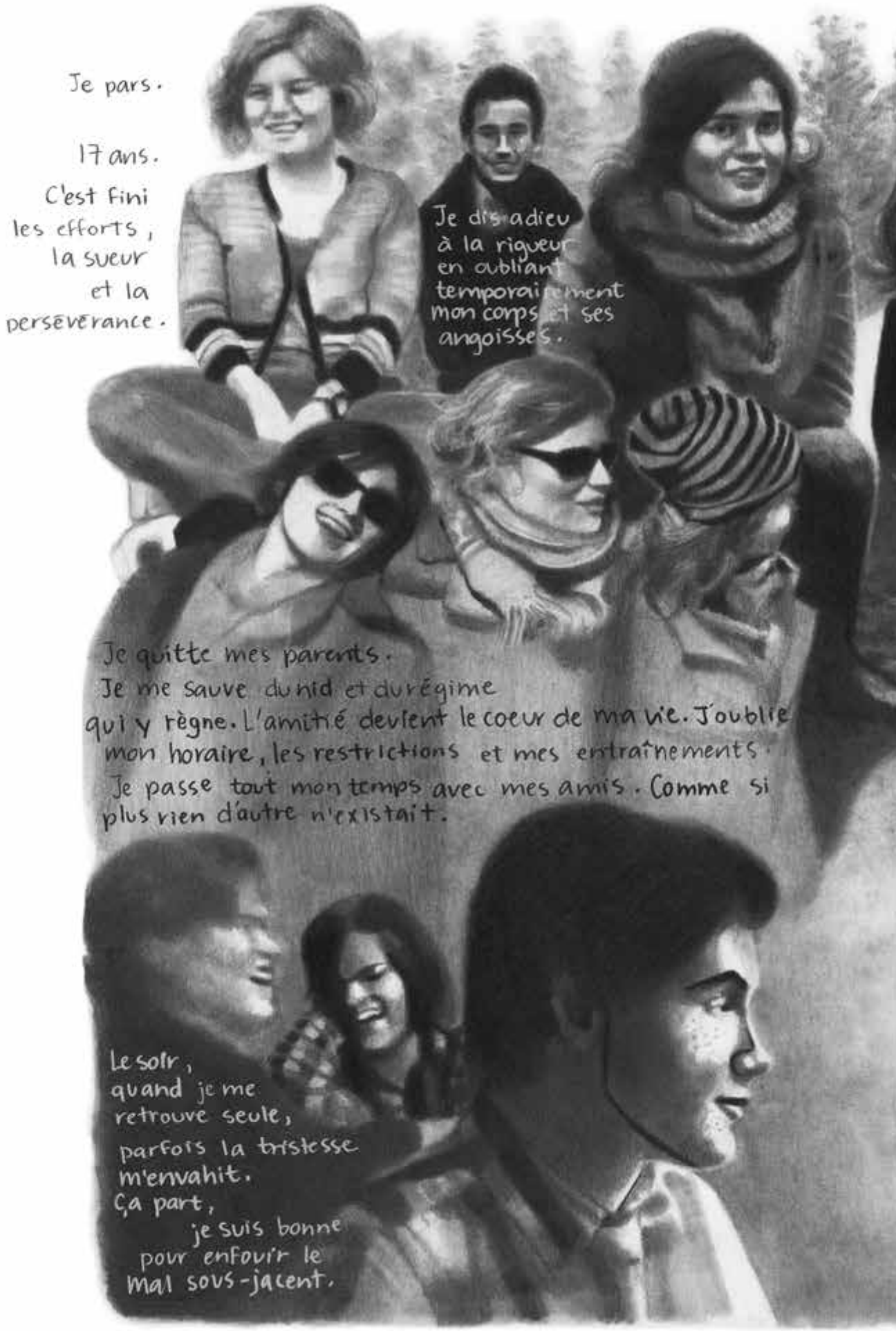
C'est le début d'une courte ascension, très rapide et brutale.
Un amaigrissement soudain.
La possibilité d'avoir un autre corps que le mien.
GO !
À go, je m'extirpe de mon gras.
Je me dépasse pour ne plus être la grosse.

Après
les régimes.
Les litres d'eau.
L'entraînement.
Les efforts.

Ben là...
j'fais
quoi ?


Je suis invisible.
Aucun gars ne me remarque. À part pour me dire que je m'habille comme une vieille grand-mère.
Je tombe toujours en amour avec les gars qui sont *out of my league*. Les populaires.
Tous les soirs, avant de me coucher, je rêve à un premier baiser. Enfin, un gars m'aime et il me trouve belle.
J'ai l'impression de déjà tout savoir sur le sexe, parce que mes amies me racontent toutes leurs histoires, leurs aventures.
Je suis spectatrice de la vie des autres. Mais je n'ai jamais rien vécu.
Je n'ai pas le temps. Il faut que je m'entraîne, que j'étudie, que j'aille courir, que je note ce que je mange, que je boive mes deux litres d'eau par jour, que je monte les escaliers dans le métro, que je me couche tôt. Pis de toute façon comment un gars pourrait tomber en amour avec moi?


Gros cul.
click!
clap!
RAAAA
Je lui réponds tout le temps.
Mais là, je ne trouve pas les mots.


Je pars.
17 ans.
C'est fini les efforts, la sueur et la persévérance.
Je dis adieu à la rigueur en oubliant temporairement mon corps et ses angoisses.
Je quitte mes parents.
Je me sauve du nid et du régime qui y règne. L'amitié devient le coeur de ma vie. J'oublie mon horaire, les restrictions et mes entraînements.
Je passe tout mon temps avec mes amis. Comme si plus rien d'autre n'existait.
Le soir, quand je me retrouve seule, parfois la tristesse m'envahit.
Ça part, je suis bonne pour enfouir le mal sous-jacent.

C'est si compliqué de vivre parmi les autres. Parmi eux. Mort. Mort. Mort. Je me trouve tellement conne d'avoir des sentiments pour rien. Pour ainsi dire mieux m'achever. Je voudrais tellement être quelqu'un d'autre. J'hais. J'haïs tout. Moi moi moi. J'ai surtout envie de mourir. Je pense à lui tout le temps et ça me rend encore plus seule. Ça me rend encore plus ridicule. La grosse laide.

En ce moment. je me rends compte maudite épaisse que jamais il ne se passera quelque chose avec lui. Il ne ressent rien pour moi.

J'ai tellement peur qu'il ne m'aime pas. Ça me fait mal.

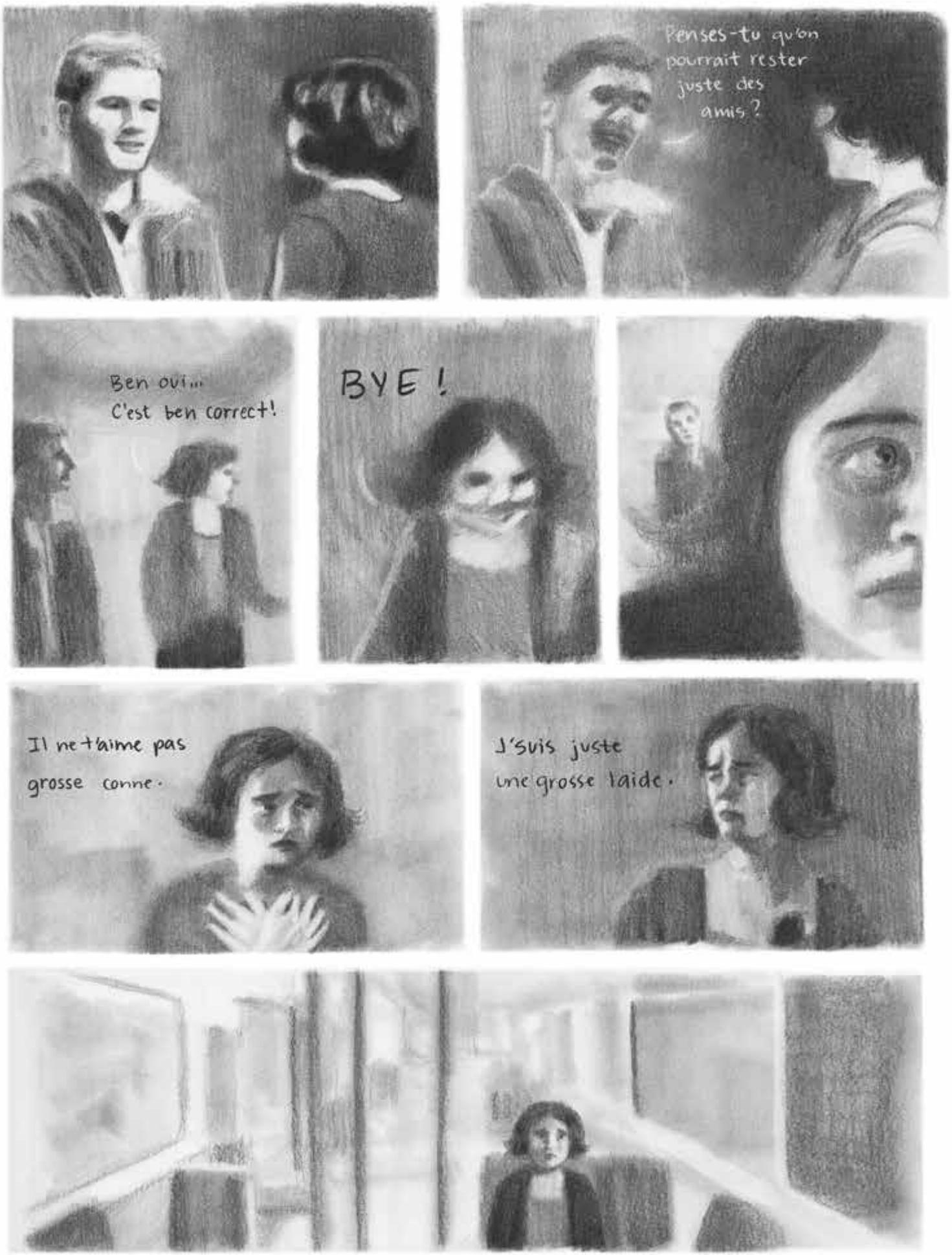
Corps hideux.

Il faut que je règle tout ça sinon je vais devenir folle...

Ça me ferait tellement mal qu'il sorte avec une autre fille.

Il m'aime c'est sûr.

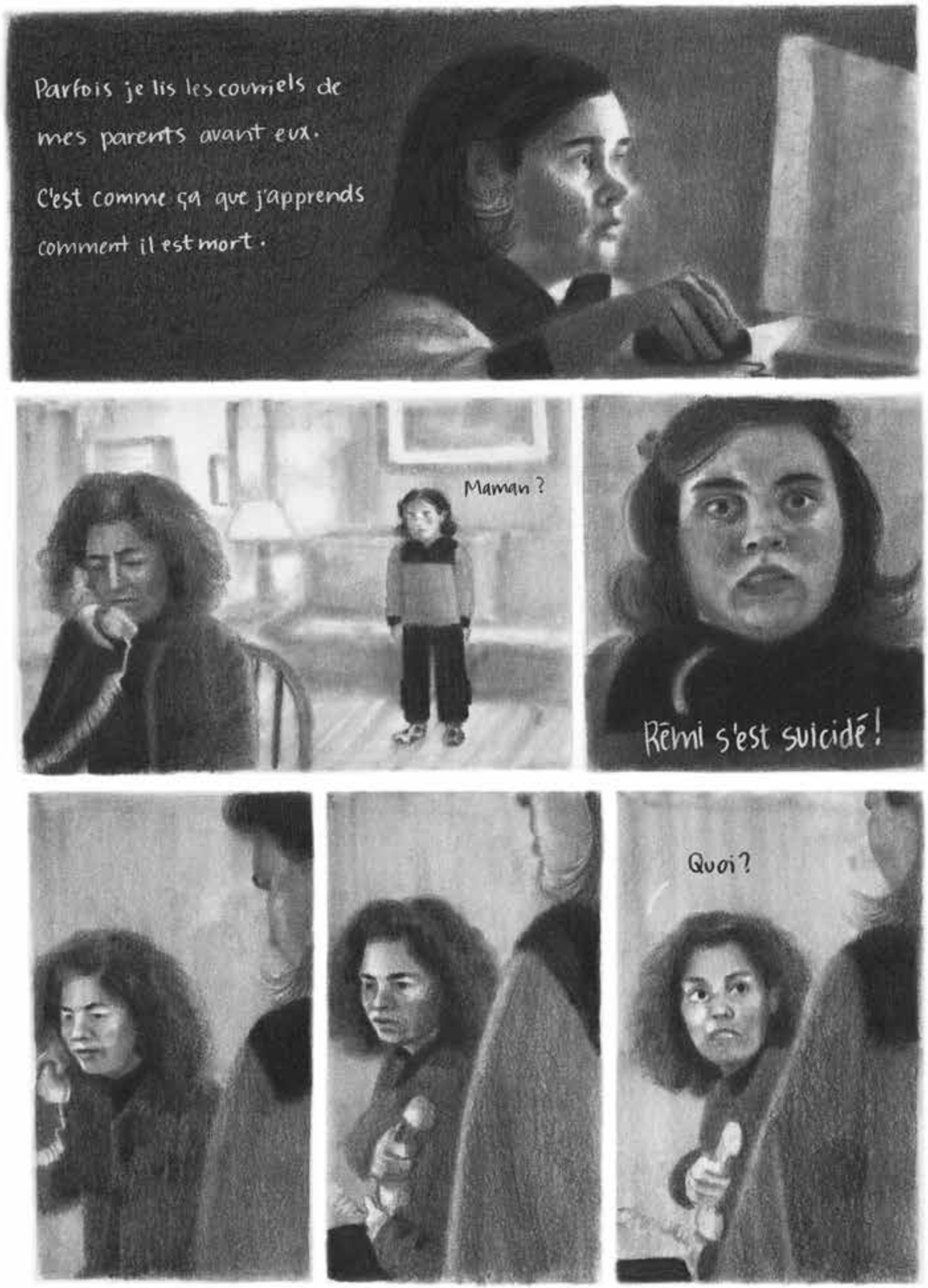
Il Faut que je lui dise.


Penses-tu qu'on pourrait rester juste des amis ?
Ben oui... C'est ben correct!
BYE !
Il ne t'aime pas grosse conne.
J'suis juste une grosse laide.

Be
Kind

11 septembre 2001.
J'ai 11 ans.
Je viens d'apprendre
la mort de mon cousin
favori. Le plus beau,
le plus gentil.
Un prince charmant
c'est pas censé
mourir.

Je regarde l'écran de télévision
avec ma mère, mais je ne vois rien.
Je me fiche du World Trade Center,
de George W. Bush
pis d'Oussama Ben Laden.
Rémi est mort.


Parfois je lis les courriels de mes parents avant eux.
C'est comme ça que j'apprends comment il est mort.
Maman ?
Rémi s'est suicidé !
Quoi ?

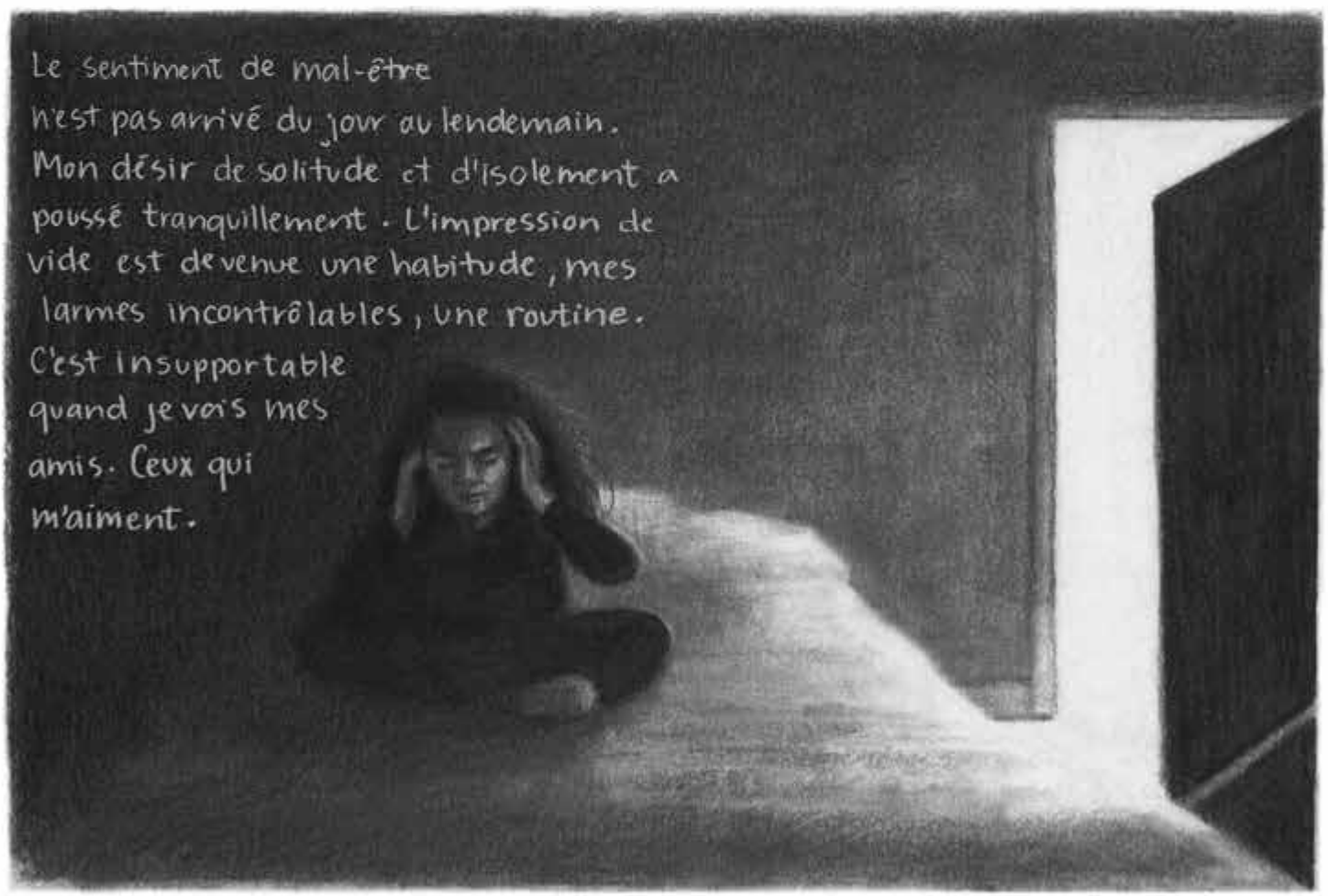
Avant de m'endormir, j'imagine que je recule dans le temps juste pour sauver Rémi. Je lui dis de ne pas sauter. L'acte violent est effacé et tout redevient comme avant.

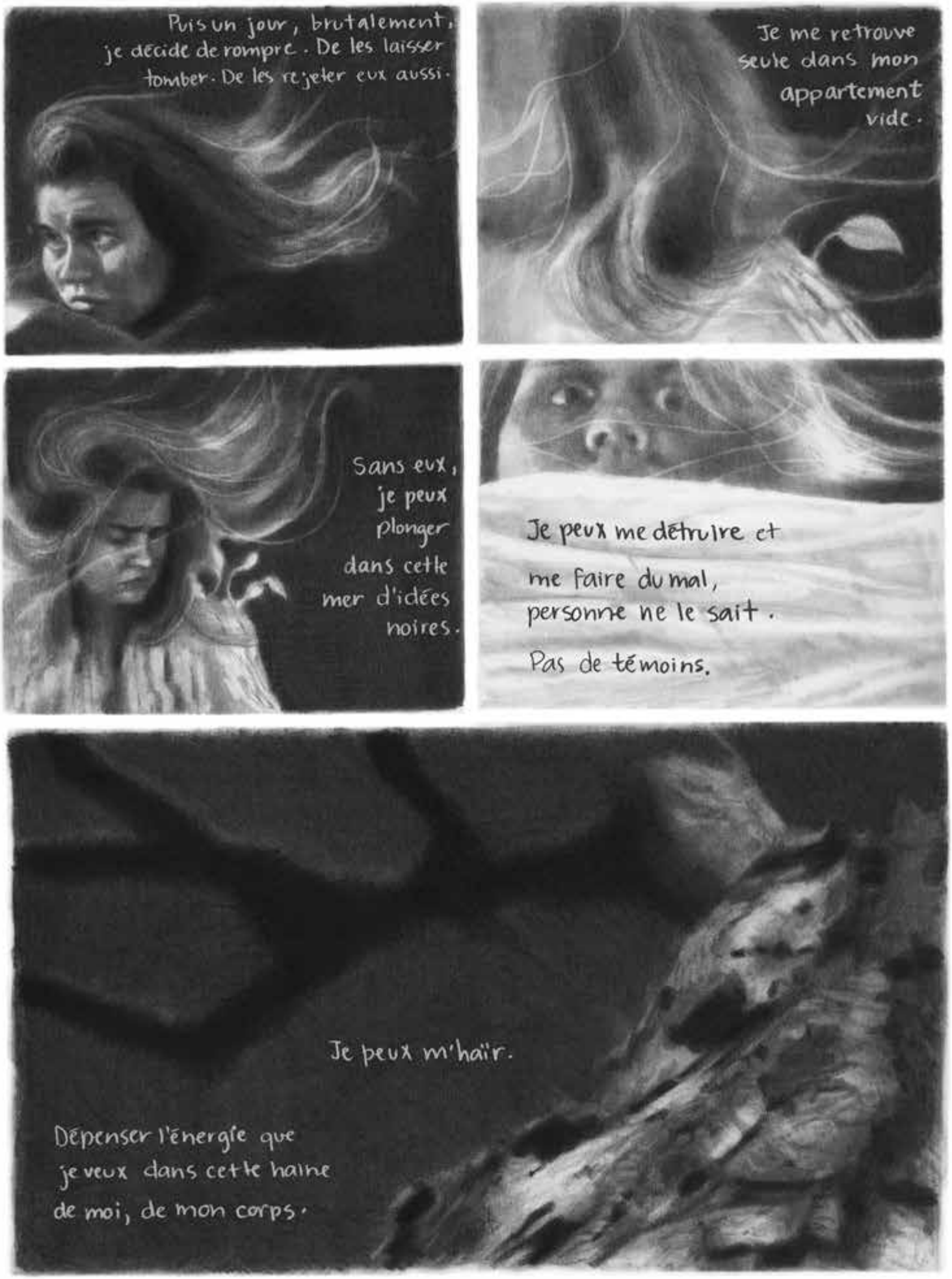
Il n'y a plus de suicide.

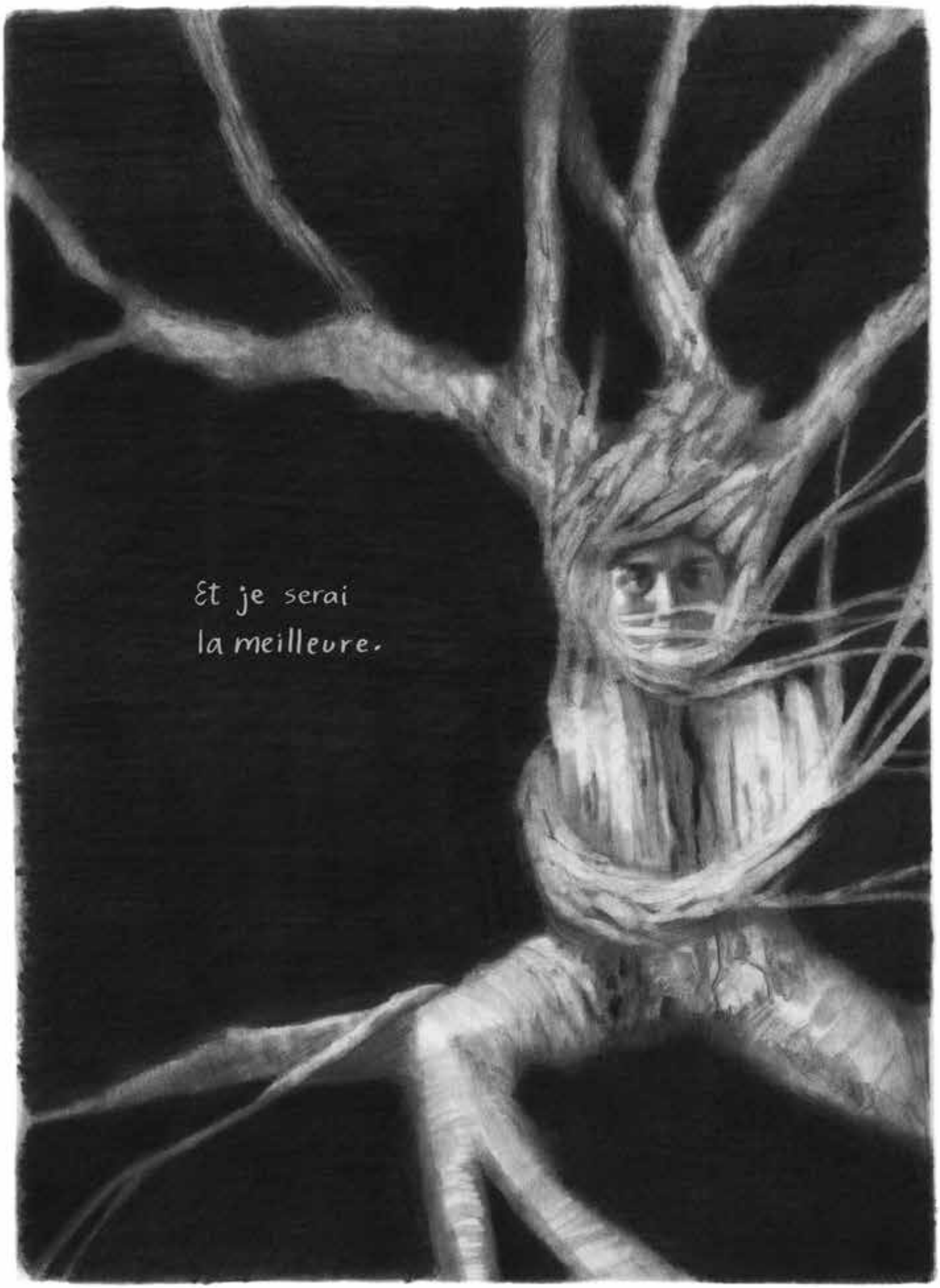
Rémi,
c'est avant le poids.

C'est avant
d'être la
grosse laide.

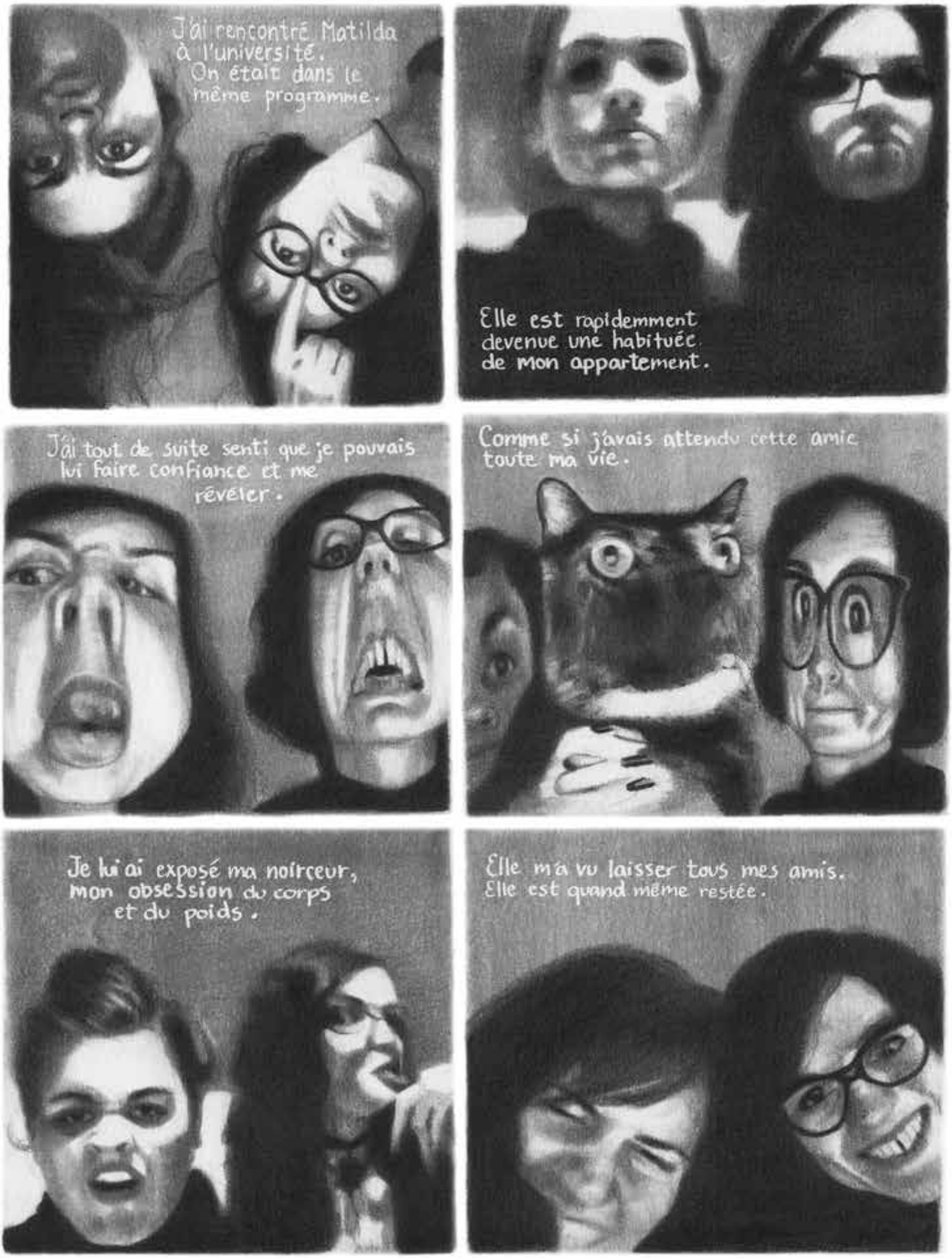
Au chalet


Le sentiment de mal-être n'est pas arrivé du jour au lendemain. Mon désir de solitude et d'isolement a poussé tranquillement. L'impression de vide est devenue une habitude, mes larmes incontrôlables, une routine. C'est insupportable quand je vois mes amis. Ceux qui m'aiment.


Puis un jour, brutalement, je décide de rompre. De les laisser tomber. De les rejeter eux aussi.
Je me retrouve seule dans mon appartement vide.
Sans eux, je peux plonger dans cette mer d'idées noires.
Je peux me détruire et me faire du mal, personne ne le sait.
Pas de témoins.
Je peux m'haïr.
Dépenser l'énergie que je veux dans cette haine de moi, de mon corps.


Et je serai
la meilleure.

Je veux...
...m'arracher...
...la face.


J'ai rencontré Matilda à l'université. On était dans le même programme.
Elle est rapidemment devenue une habituée de mon appartement.
J'ai tout de suite senti que je pouvais lui faire confiance et me révéler.
Comme si j'avais attendu cette amie toute ma vie.
Je lui ai exposé ma noirceur, mon obsession du corps et du poids.
Elle m'a vu laisser tous mes amis. Elle est quand même restée.

Je ne suis pas heureuse.
J'ai besoin de quelqu'un.
En ce moment c'est l'ostie
de pression qui me fait mal.
Une pression littérale contre
ma poitrine. Je suis triste.
Je veux crier, me libérer de ce
maudit corps. Me libérer de moi.

Je veux être en amour.
Je veux que quelqu'un m'aime
en retour.
Je le veux tellement.

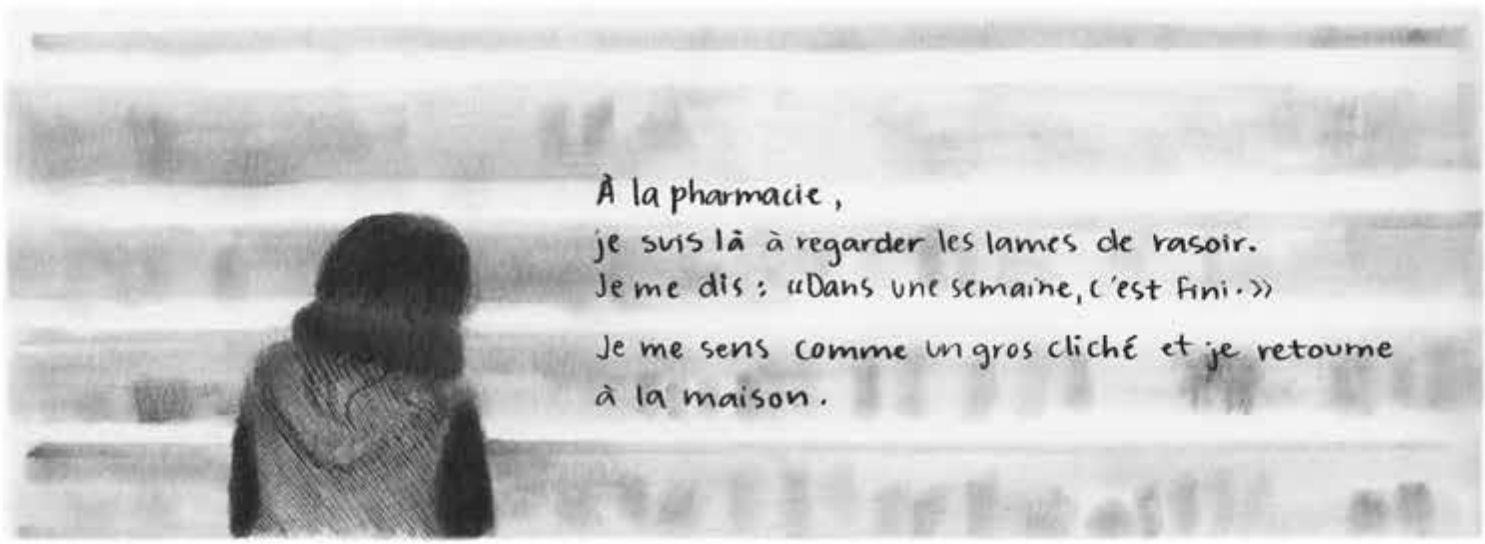
DEADLINE 23.
J'en peux plus.

Matilda vient de l'autre bout du monde.
Elle a grandi sur un bateau en mer avec ses parents.
Loin du semi-détaché de la Rive-Sud
où je suis née.

Quand elle était petite,
elle tripait sur
Mon ami Willy,
La petite sirène et
l'album *D'eux*
(en cassette).

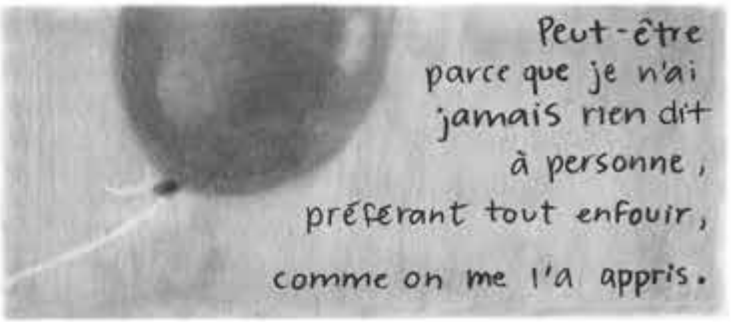
Moi aussi.

Elle aime même Ganache,
mon chat fou que tout le
monde déteste.


À la pharmacie,
je suis là à regarder les lames de rasoir.
Je me dis : «Dans une semaine, c'est fini.»
Je me sens comme un gros cliché et je retourne à la maison.

Matilda, t'as raison.
J'peux pas continuer comme ça. Tu peux me redonner son numéro ?

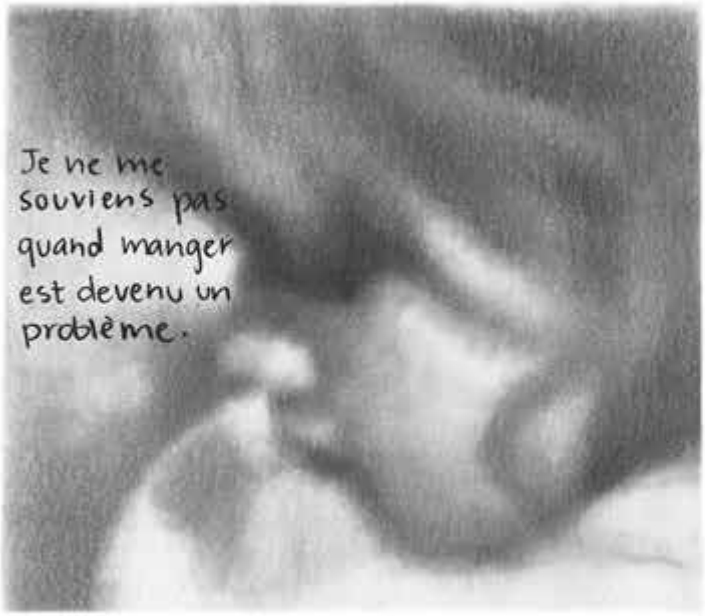
C'est la première fois qu'on me conseille d'aller parler à quelqu'un.


Peut-être parce que je n'ai jamais rien dit à personne, préférant tout enfouir, comme on me l'a appris.

Tu m'attends ?

Oui.
T'inquiète-pas.

Je commence vite à aller mieux.
J'pense que t'as assez mangé, Marie-Noëlle.


Je ne me souviens pas quand manger est devenu un problème.

J'évite de me servir en premier par peur d'avoir l'air de m'empiffrer, d'avoir l'air de la grosse cochonne.

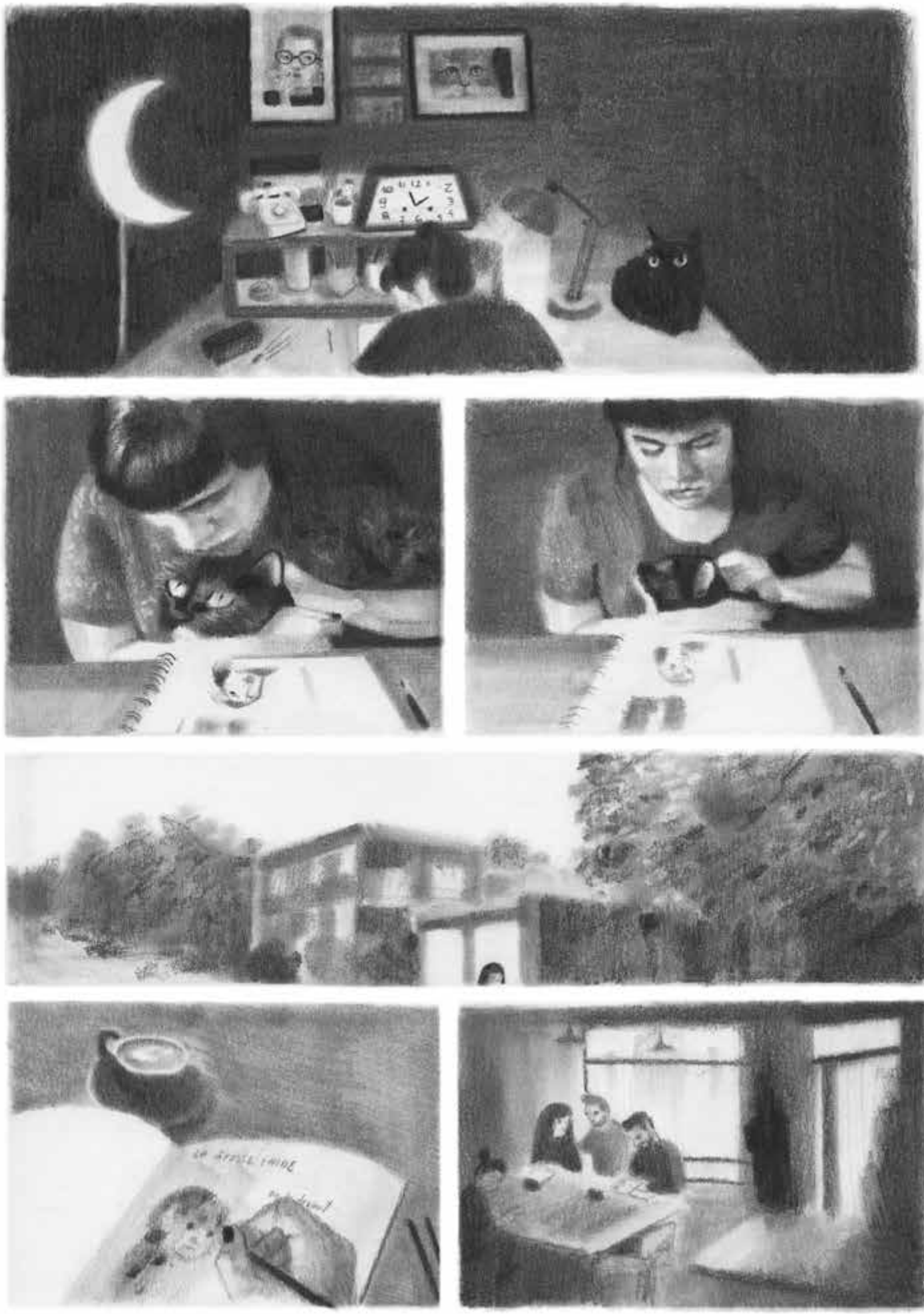
« Elle mange beaucoup Marie-Noëlle. »

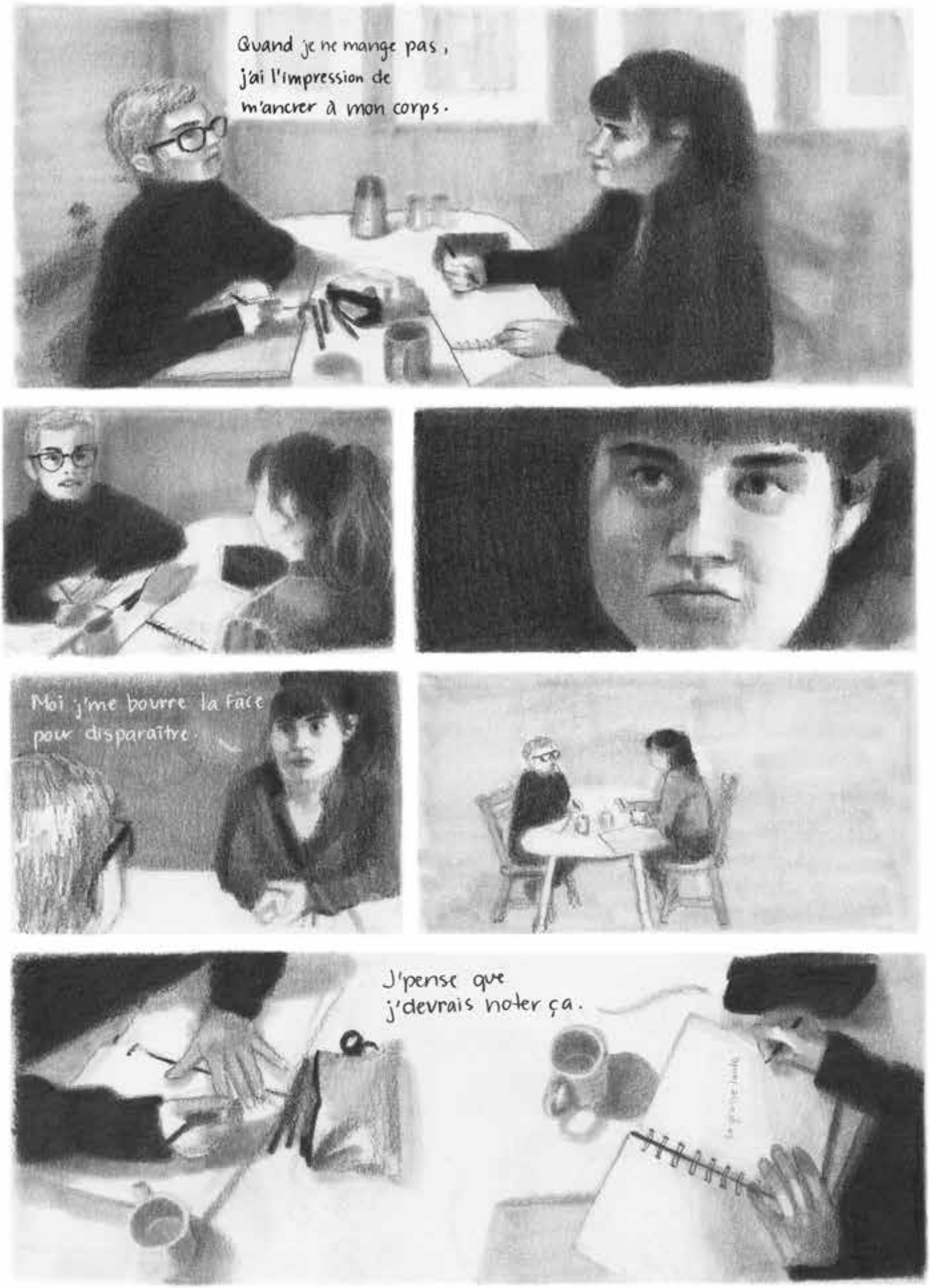
Il m'arrive de me justifier aux caissières, aux autres.

J'ai tellement peur que quelqu'un le remarque. Pire, que quelqu'un le commente.

« Elle mange beaucoup Marie-Noëlle. »

Marie-Noëlle ?
J'ai quelque chose pour toi.
Tu vas voir, ça marche.
MAIGRIR LÀ OÙ VOUS LE VOULEZ
J'me sens un peu fâchée ma tante.
J'pense que j'vais aller me promener.




Quand je ne mange pas, j'ai l'impression de m'ancrer à mon corps.
Moi j'me bourre la face pour disparaître.
J'pense que j'devrais noter ça.

Maman ?

C'est trop serré ?

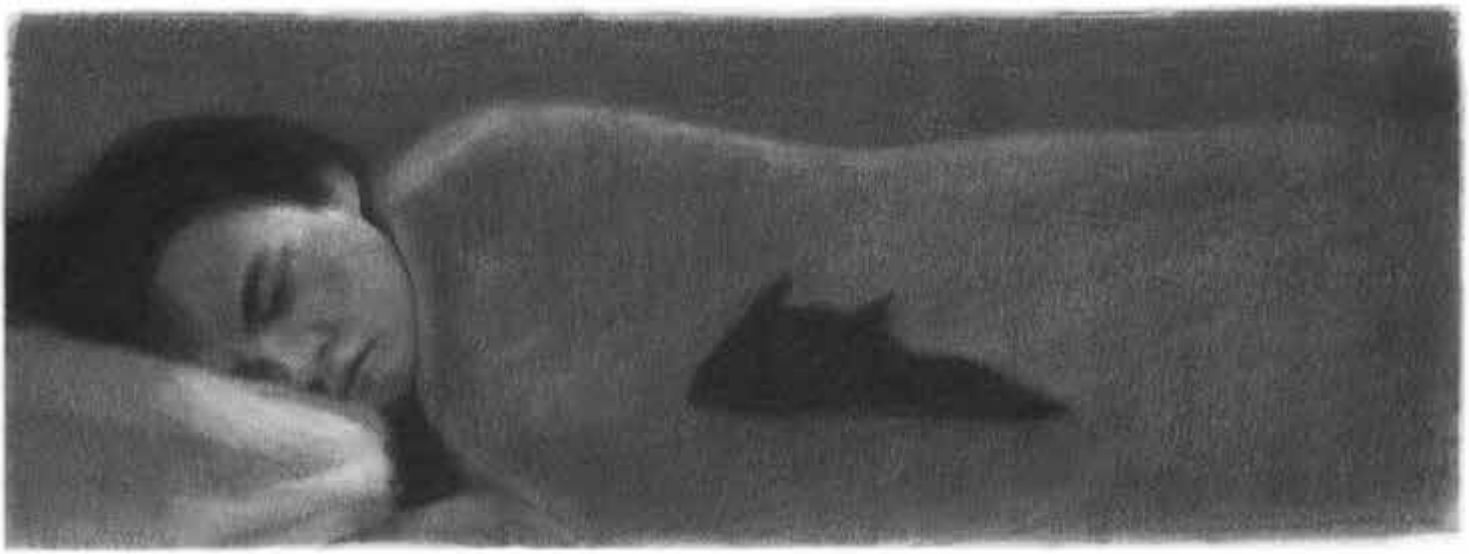
Ouvi, ça paraît vraiment...

J'ai grossi.

Mais nous, on t'aime comme t'es !

Arrête don' d'grouiller!
Pis tiens toi droite!
Aimes-tu ça?
Oui!

J'ai pu un pantalon qui m'fait ..
OK. On se rejoint là-bas. À tantôt.
Je pensais que c'était là.
C'est juste l'autre côté d'la rue.
C'est comme si prendre du poids implique de perdre, mais je ne sais pas à quel je /.
Merci de venir avec moi, même si tu vas rien trouver pour toi.
Pour une fois que rien ne va me faire!
14

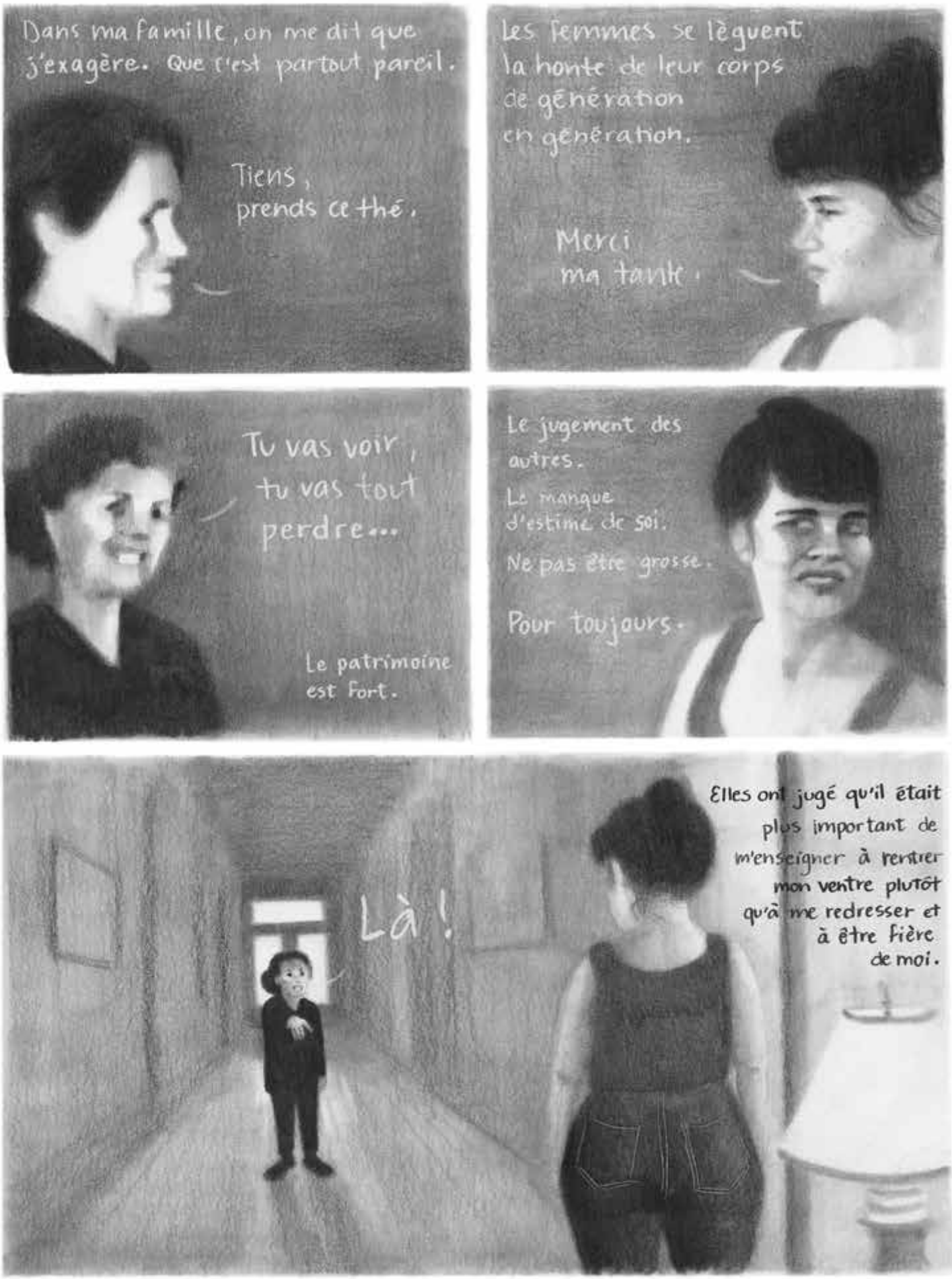


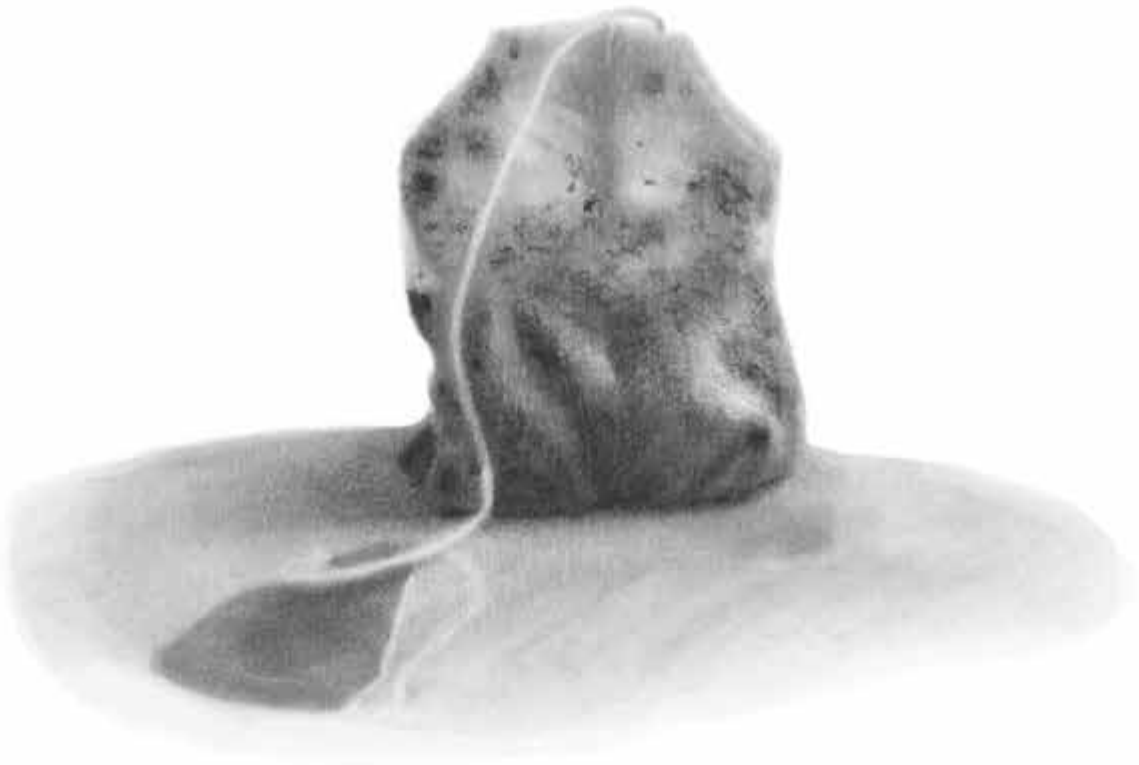
Je n'ai pas fait de sport depuis deux semaines.

Il faut que je me reprenne en main. Il faut que j'arrête le pain. Aussi le lait dans mon café.

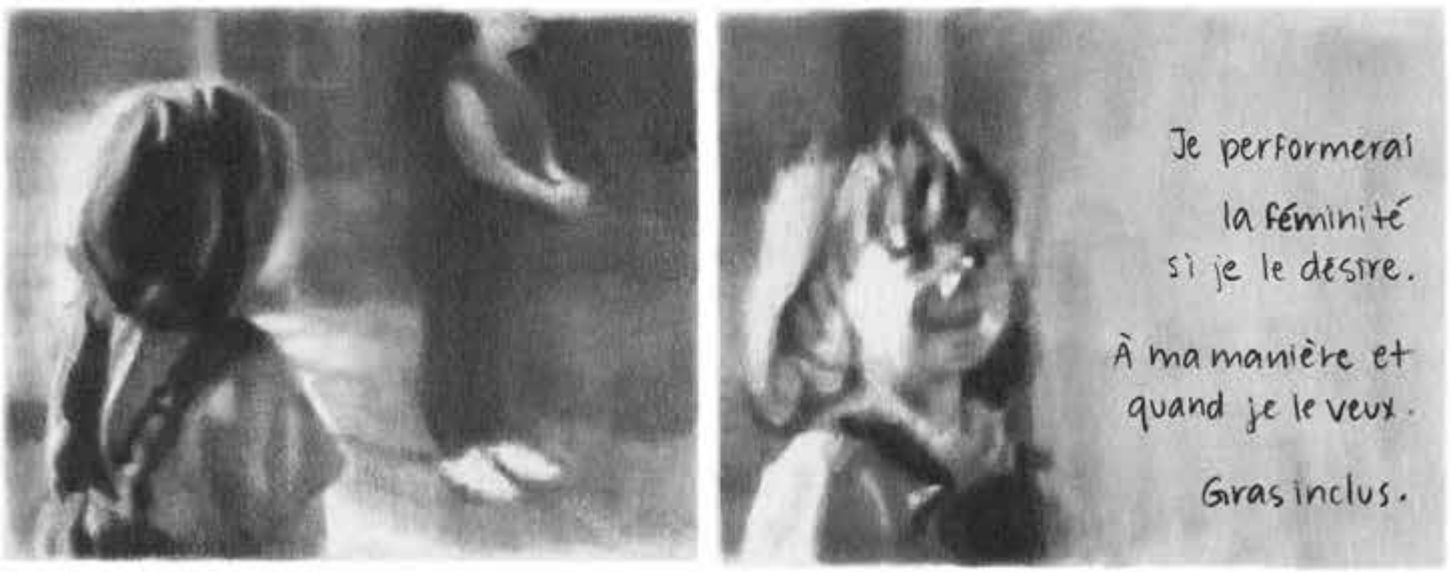
Il faut que je recommence à faire des sit-ups avant de me coucher. Il faut que j'arrête de manger des patates aussi...

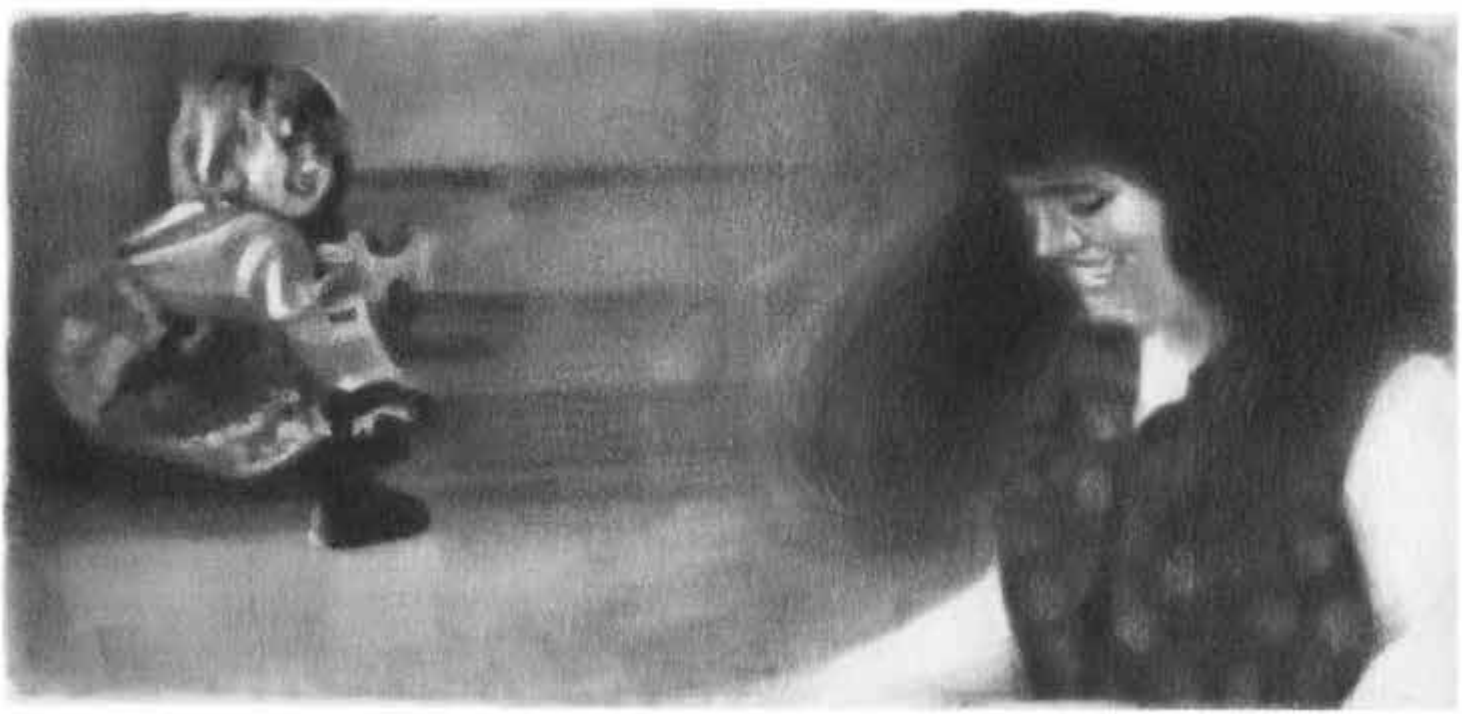
...il faut...

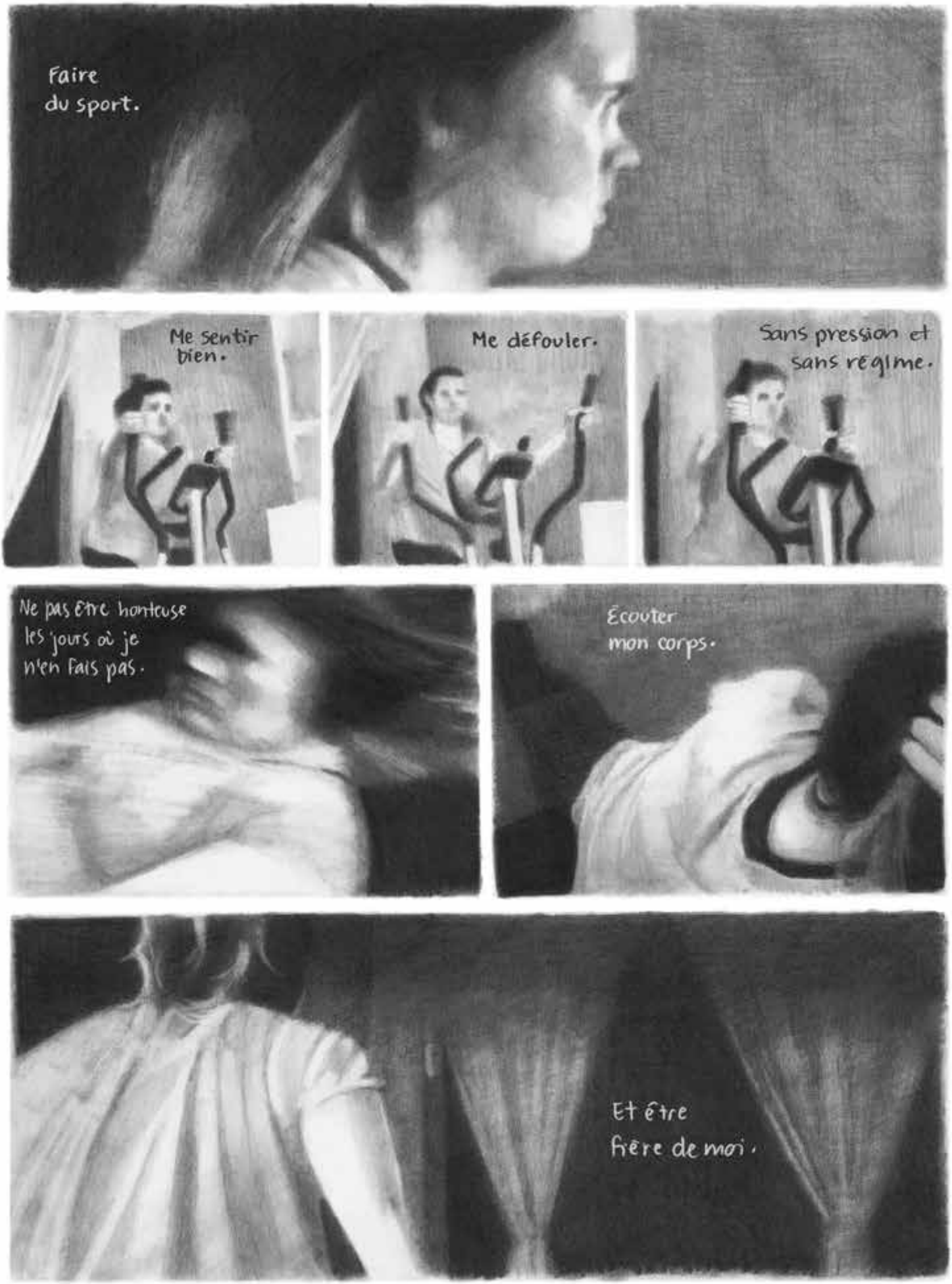

Dans ma famille, on me dit que j'exagère. Que c'est partout pareil.
Tiens, prends ce thé.
Les femmes se lèguent la honte de leur corps de génération en génération.
Merci ma tante.
Tu vas voir, tu vas tout perdre...
Le patrimoine est fort.
Le jugement des autres.
Le manque d'estime de soi.
Ne pas être grosse.
Pour toujours.
Là !
Elles ont jugé qu'il était plus important de m'enseigner à rentrer mon ventre plutôt qu'à me redresser et à être fière de moi.



C'est lourd, une enfance remplie de Barbie et de princesses toutes pareilles.


Je performerai la féminité si je le désire.
À ma manière et quand je le veux.
Gras inclus.




Faire du sport.
Me sentir bien.
Me défouler.
Sans pression et sans régime.
Ne pas être honteuse les jours où je n'en fais pas.
Écouter mon corps.
Et être fière de moi.

LA LOI SPÉCIALE !
ON S'EN CALISSE !

PAPA
Ton téléphone sonne.
C'est qui ?
C'est mon père.
Lui as-tu parlé ?
Non, pas encore.
Il faut que je le fasse.

« Mets ta colère contre ton père dans une boîte et oublie-la. »
- Maman

J'ai apporté la boîte chez mes parents...

... et je l'ai grande ouverte.

Il a d'abord nié. J'ai insisté. Tout était là, sur la table.

Je m'excuse, ma fille.

Il fallait que je le fasse craquer pour l'atteindre lui. Ce père qui n'a pas su me protéger de ses propres mots.

Alors qu'il a voulu me protéger de tout.

C'est enfin sorti de moi.
Vraiment facilement.

Mon père pense
qu'il faut que je raconte
cette partie
de notre histoire.

Même si
elle est laide.

Pour montrer
que les mots
peuvent faire
du mal.

De toute façon,
lui et moi,
on connaît
le restant.

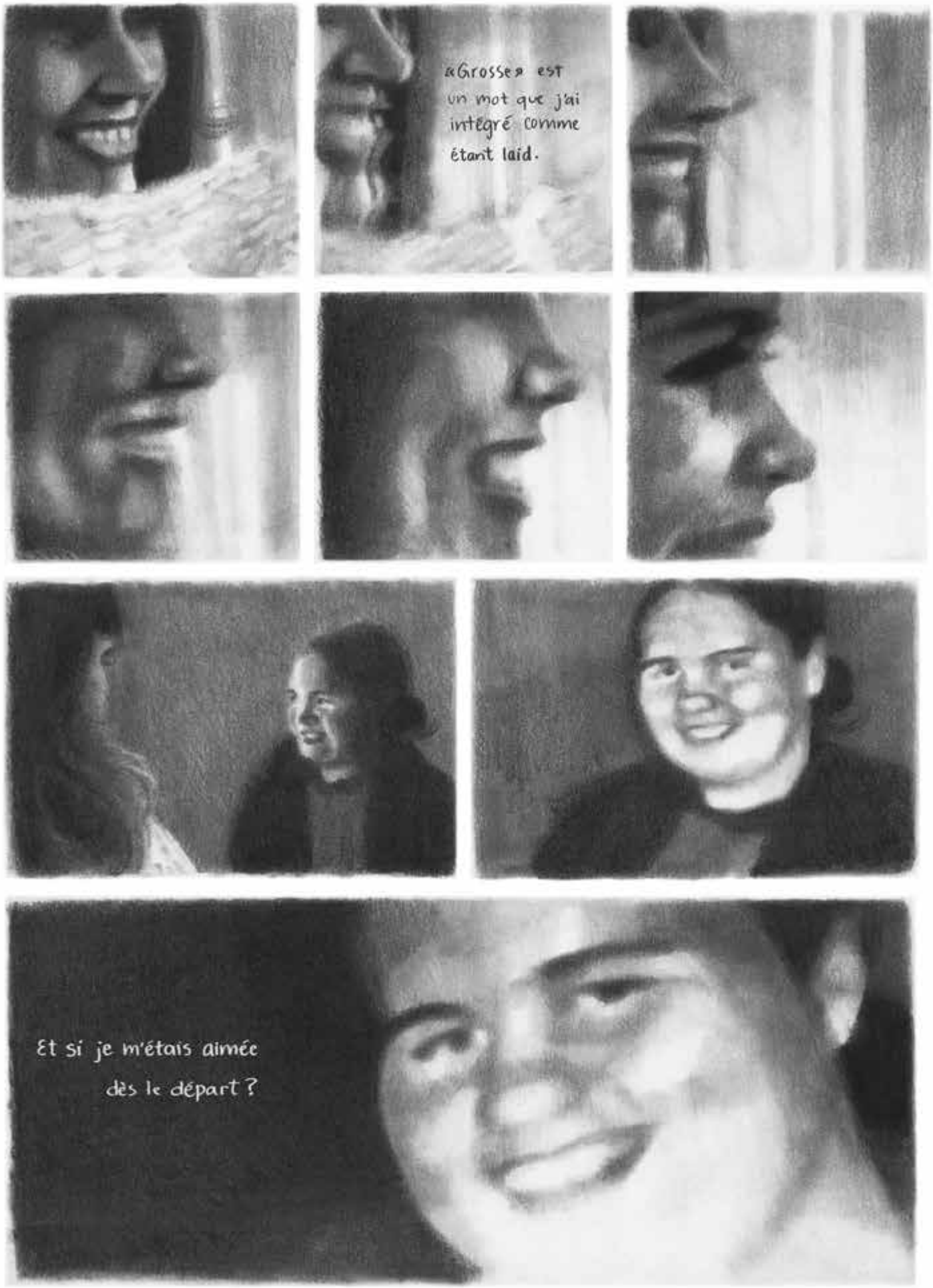
Et c'est plein
d'amour.

Mathilda m'a donné une vidéo qu'elle a faite.

Qu'est-ce qui vous a touchée dans cette vidéo ?

Je me suis trouvée belle.

C'était la première fois... et ça m'a rendue triste que ça n'ait jamais eu lieu avant.


«Grosse» est un mot que j'ai intégré comme étant laid.
Et si je m'étais aimée dès le départ ?

Bye Ganache!

Matilda
me suggère
de reprendre
contact avec mes amis.

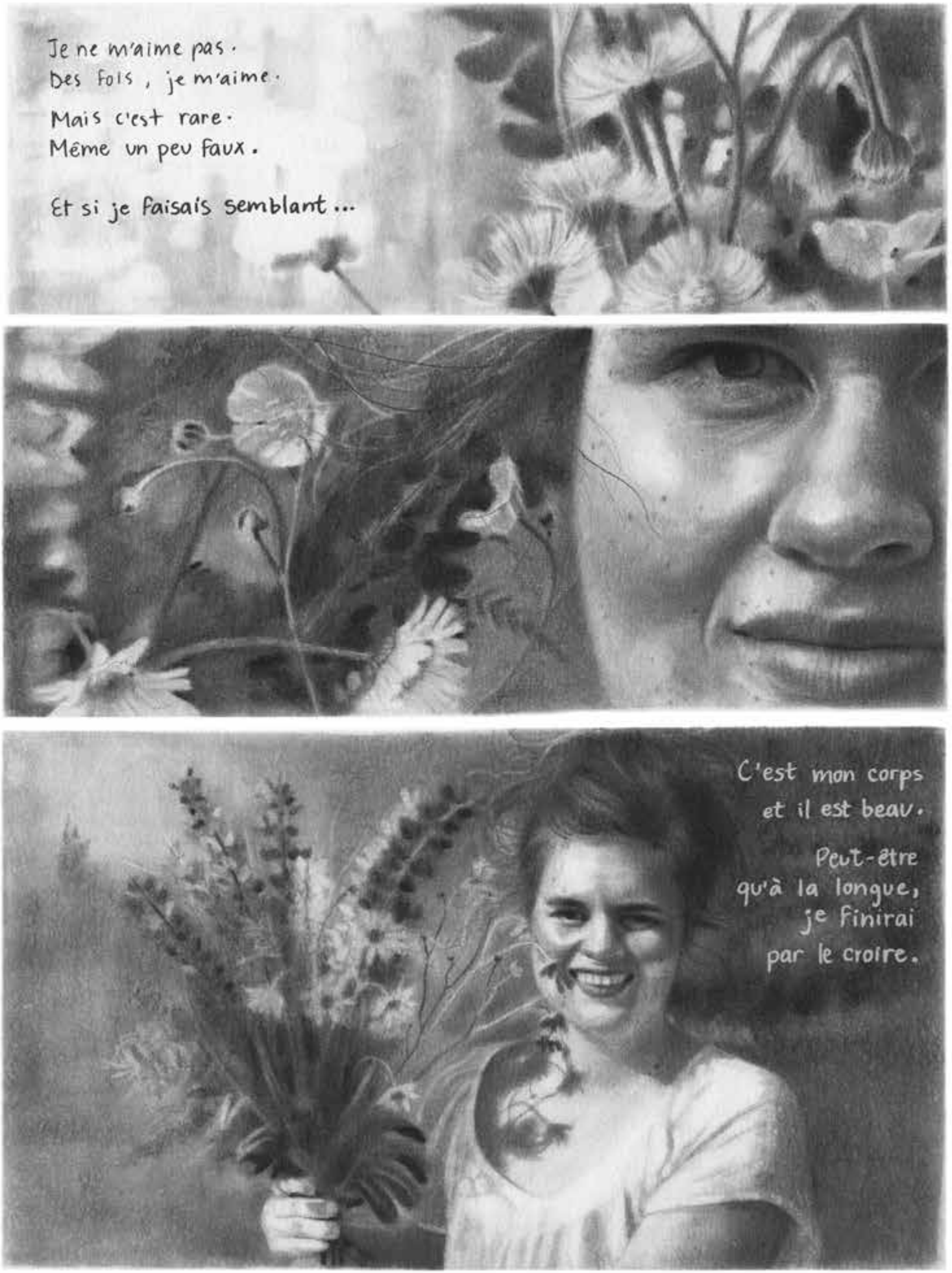
Allo!
Ah ben!
Allo!
Marina!

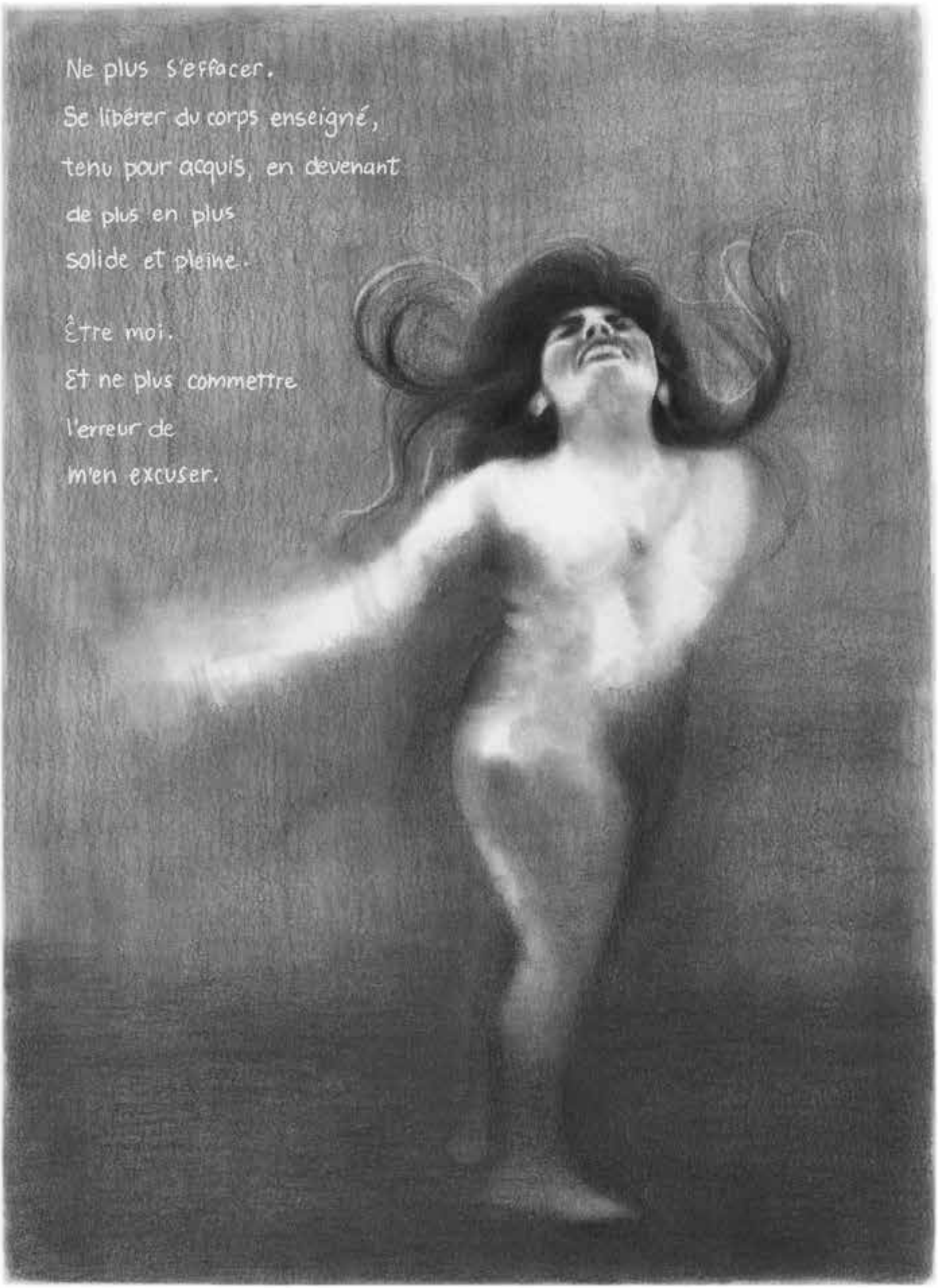
C'est le printemps.

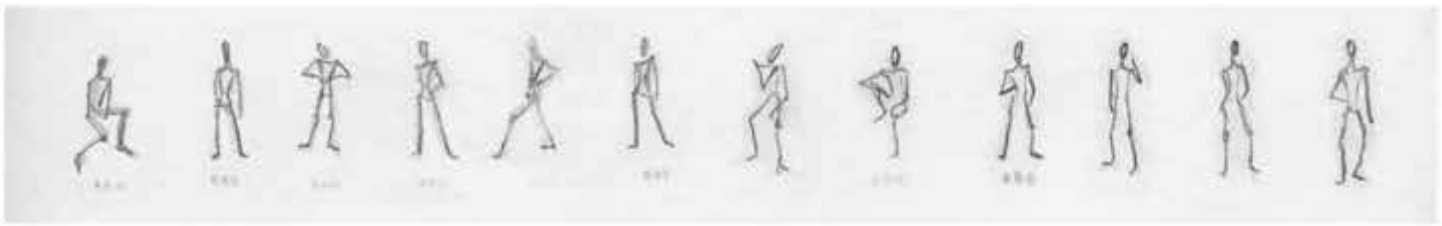
J'ai l'impression que Matilda m'a portée quand je ne pouvais plus avancer.

J'aurais voulu lui donner plus.
Être une meilleure amie pour elle.

J'espère que la route qui s'en vient me permettra un jour de le faire.
Je lui dois tant.


Je ne m'aime pas.
Des fois, je m'aime.
Mais c'est rare.
Même un peu faux.
Et si je faisais semblant...
C'est mon corps
et il est beau.
Peut-être
qu'à la longue,
je finirai
par le croire.


Ne plus s'effacer.
Se libérer du corps enseigné,
tenu pour acquis, en devenant
de plus en plus
solide et pleine.
Être moi.
Et ne plus commettre
l'erreur de
m'en excuser.



Elle est où la diversité corporelle ?
Où est-ce qu'on est nous, là-dedans ?
Ostie !

On est-tu supposées aspirer à un type unique de corps ?
Ils nous prennent vraiment pour des connes.

Je suis tannée.
En fait, j'suis fâchée.
Faut pas rester toute seule dans ton coin alors.
Il faut se rassembler.

Ok, mais ...
après la crème glacée?

T'en veux-tu d'autre ?

Merci Maeva pour l'aide, les conseils, le temps et l'amitié précieuse.
Merci Tristan pour ton immense confiance.
Merci maman et papa de m'avoir permis de raconter cette partie de notre histoire.
Merci Philippe, mon amour, pour ta patience.
Merci Jimmy Beaulieu pour tes conseils d'expert !
Merci Gilles pour les beaux vidéos d'enfance.
Merci Sarah d'avoir pensé à moi et à mon projet !
Merci Ganache, mon chat que j'aime.

Quand j'ai commencé ma bande dessinée, je pensais souvent au jour où j'allais la montrer à Monsieur Dubois, mon professeur de français en secondaire 4. Et cette idée m'a suivie pendant tout le processus. Pierre Dubois est malheureusement mort en 2017.

Merci, Monsieur Dubois, de m'avoir appris à rêver. Appris que malgré les embuches et les maladresses, il faut continuer.

« J'ai à élever un échafaudage, à construire une échelle, une échelle si grande que je pourrai mettre mes mains dans l'azur. »
(*L'avalée des avalés*, Réjean Ducharme)

Marie-Noëlle

MARIE-NOËLLE HÉBERT vit à Montréal. En grande partie autodidacte, elle a étudié l'illustration publicitaire au Collège Salette. Elle a réalisé une série d'illustrations pour le documentaire *Carricks, dans le sillage des Irlandais*, de Viveka Melki (Tortuga films, 2017) et illustré l'album pour la jeunesse *Le voyage de Kalak* (Cuento de luz, 2018). *La grosse laide* est sa première bande dessinée.

J'pense que t'as assez mangé,
Marie-Noëlle.